レイ2月号　第23巻第2号通巻267号　平成21年12月21日発売（毎月23日発売）　昭和63年9月2日第三種郵便物認可

# Ray

2［レイ］
Feb. 2010 特別定価690Yen

賢く可愛くが絶対条件！
バーゲン攻略 8の法則

特別付録
52ページ 大ボリューム
2010年☆
最強恋愛占い
ムーン・リー先生監修！
12星座占い
and more...

人気ブランドが大奮
Ray限定！ ALL1万円
福袋発売

香里奈の
冬おしゃれ
Love Look

ファッショニスタ発☆
冬のヘビロテコーデ
吉川ひなの／ほしのあき／南明奈

年末年始の
GIRLS PARTY
おしゃれナビ！

徹底リサーチ
街の
リアルBOOM
大追

HIT予想な 春靴 New



冬おしゃれはコレで乗り切る！
# モデルの着回し秘密のテクニック

PART1 真実のモデルクローズお見せします！ ALL私服でお届け！ 碧のイベント満載30days
PART2 大好きブラックをもっと可愛く！「里香ブラック♥ 12月→1月HAPPY着回し」

Rayモデルズ発
『コレが私の溺愛STYLE』

キレイな人のバスタイムが知りた
青山リッチーズの魅惑のBath Time

所要時間つき、イベント対応 ゆる可愛ヘアアレンジ

15分以内でできる！ 誰でも簡単に完成！「カレが喜ぶおウチごはん♥絶品レシピ

大好きなあの人から新春メッセージ
有名人の『あけおめ♥』頂戴プロジェクト

Ray婦人科クリニック　緊急リサーチ！ カラダとココロのすべて


ひと色重ね。きわまる視線
それは魔法のように
ESPRIQUE
PRECIOUS
ESPRIQUE PRECIOUS
F-1
F-2
F-3
F-4
エスプリーク プレシャス シンフォニックフィット アイズ 4種 新発売
Makeup data / シンフォニックフィット アイズ F-1 ドレスオングロッシー ルージュ PU180 デュアル ペンシルアイライナー BK01
トゥルーブラック マスカラ（カールロング）BK001 ソフトアイブロウ ペンシル BR300 チークカラー RO600 ネイルカラー N PK812
www.ep-bko.com
19page. com


わたしの、
しらない、
わたし。
BEAUTÉ de
KOSÉ
19page. com


Sweeeet it girl
I luv sale
go!go!sale
GO!GO! SALE
IN A HURRY!
55Sale!
ALTA GO!GO! SALE
2010 1.2.sat ~ 1.11.mon
新宿アルタの
初売りセールは
10:00スタート！
約65店舗参加
LB-03
LOVE BOAT
LDS
LIP SERVICE
Spiral Girl
DELYLE
ANAP
ESPERANZA
LIZ LISA
claire's
R&E
ROSESSENCE
JURIANOJURRIE
CRYX
Ristty
VENCE
Sadistic Action
TaBoo
INGNI
NAVANA WIG
Twisty
min plume
anap mimpi
Ji.maxx
BONITA
ALTA +. MARKET
・・・etc
※参加ショップは一部変更になる場合がございます。
※2010年は1月2日(土)から営業いたします。
池袋サンシャインシティアルタ・新潟アルタは10：00スタート！
札幌アルタは9：00スタート！
2010.1.2.sat START!!
www.altastyle.com
詳しい情報はHPを見てね！
ALTAモバイルは、コチラ➡
セール最新情報や、人気ショップのイチオシ情報、アルタでのお買い物が
とってもオトクになる「アルトク」情報などケータイでいち早くキャッチ！！
買わなきゃソンする！
ハッピーチャンス!!
見逃せない充実の
大ボリューム！！
GO!GO!
福袋!!
福袋
アルタ
PEN11:00～CLOSE 20:30]
駅東口より徒歩1分
区新宿3-24-3 TEL:03-3350-5500
池袋サンシャインシティアルタ
[OPEN11:00～CLOSE 20:00]
池袋駅東口より徒歩8分　東京メトロ有楽町線東池袋駅より徒歩3分
都電荒川線東池袋4丁目駅より徒歩4分
豊島区東池袋3-1-3 TEL:03-3989-1111
札幌アルタ
[OPEN11:00～CLOSE 20:00]
地下鉄大通駅より徒歩1分
札幌市中央区南1条西2丁目9-1 TEL:011-218-5500
新潟アルタ
[OPEN11:00～CLOSE 20:00]
新潟駅万代口より徒歩10分
万代バスセンター前より徒歩1分
新潟市中央区万代1-3-30 TEL:025-241-3356
※掲載内容は変更となる場合がございます。予めご了承ください。
ALTA



洗練リュクスな最新作をキャッチ

# GUCCIの品格

誰もが見惚れるヒロインバッグで凛とした大人な女性を演じて

上質で女らしく、スマートなおしゃれを楽しめるGUCCI。
春の訪れよりひと足お先に、新作小物が届きました。
毎日のファッションを格段にアップする、
リュクスなアイテムたちは必見です。
身につければ、誰もが憧れるミューズに昇格できるはず！

撮影／設楽茂男（モデル）、瀧瀬徹（静物）　スタイリング／渡邊恵子（KIND）　ヘア＆メイク／SHIO　モデル／
●取材店リストは254ページにあります。※バッグ、財布のサイズは、（タテ×ヨコ×マチcm）です。

Grace of GUCCI

## ナチュ素材＆カラーがフレッシュな印象に

SUKEY 型押し×メッシュレザーバッグ（26×38.5×12cm）126,000円、ベージュトレンチコート 231,000円、ブルーダンガリーシャツ 71,400円、ブルーストライプパンツ 82,950円、ストール 36,750円／以上グッチ（グッチ ジャパン）　春を感じさせるバリア素材のメッシュバッグは、クールなコーディネートに合わせて大人可愛いスタイルを楽しんで。容量大＆軽量なので、デイリーに活躍しそう。シルバーのGGロゴに独特の気品。



運命的な出会いを引き寄せてくれる
ハイセンスな格上げバッグに虜



Grace of GUCCI

## 大人LOOKな シンプルデザイン

JOLIE シグネチャーチャームつきトートバッグ（21.5×27.5×13cm）81,900円、ベージュシャーリングジャケット 213,150円、オフタイつきノースリーブブラウス 133,350円、ハイウエストショートパンツ 103,950円、オープントウブーティ 136,500円、ベルト 38,850円／以上グッチ（グッチ ジャパン）
人気のJOLIEに新作が登場。キュートなチャームつきで、さわやかなベージュ×白の色合いがカジュアルコーデにもマッチ。A4サイズも入って収納力も抜群。

GUCCI

## ハートシリーズの新色はオレンジ&シルバー

❶ハートチャームつき携帯ストラップ(オレンジ、シルバー) 各11,550円 ❷GGキーケース (5.5×9.5㎝) 24,150円 ❸ハート型ミラー オレンジ 29,400円 ❹ゴールド×オアラディカム ダブルハートチャーム 19,950円/以上グッチ(グッチ ジャパン)





GUCCI

## 上質素材のバッグでセレブリッチを気どって

❶D GOLD メッセンジャー バッグ シルバー(25.5×28.5㎝) 135,450円 光沢のあるシルバーが高級感をプラス。❷同ホーボー オフ白グッチシマレザーバッグ(20×30×12㎝) 102,900円 丸みを帯びた美フォルムが素敵。❸スタッズつきサングラス(参考色) 40,950円/以上グッチ(グッチ ジャパン)

GUCCI

## 定番シグネチャーは洗練レディを演出

❶BAMBOO BAR トートバッグ(33×35×15㎝) 155,400円 GGキャンバスとレザーの組み合わせは大人シンプルな着こなしに◎。❷シグネチャー ロングウォレット(9.5×19㎝) 56,700円 機能性抜群な長財布。/ともにグッチ(グッチ ジャパン)





GUCCI

## POPキュートなチャームにクギづけ♥

❶シグネチャースニーカーチャーム(茶、白) 各21,000円 ❷ゴールドGGロゴコインチャーム 各9,450円 ❸ビーチサンダルキーチャーム(赤、黄、緑) 各16,800円/以上グッチ(グッチ ジャパン)


TIGER
タイガー魔法瓶
オンもオフも。いつだって一緒
大人なレディの
マスト have アイテム。
SAHARA
Keep Cool,
Keep Hot.
お気に入りのドリンクを
いつでもどこでもおいしく。
かわいくて機能性も抜群の
ミニボトル。
恋に、遊びに、お仕事に…。"サハラマグ Baby"は、冬でもアクティブなレディの心強〜い味方。温かいものは温かいまま、冷たいものは冷たいまま、ずっとおいしくキープしてくれるキュートな魔法瓶です。その日の気分に合わせたお気に入りドリンクをバッグにインしたら、いつでもスマートにブレイクタイム。あなたのライフスタイルに磨きをかける、この冬一番のマストアイテムです！
MMP-A020［0.2L］¥3,675（税込）
ピンク(P)・ブラック(K)
sahara mug baby
baby.sahara.jp
ハラマグベイビーに関するお問い合わせは　TEL.06-6767-3670［営業時間 AM 10:00〜PM5:00 月曜日〜金曜日（祝日・弊社休業日を除きます）］
19page.com

まっさきに買いたいニュースなItem

Keiko★ ★Watanabe

# おしゃれスナイパー

Vol.4

新年もすぐそこ！　そこでおしゃれもリフレッシュの時期です。
そこで今回のスナイパーでは早くも春ものをお披露目。
ハッピーな気分になれるアイテムばかりをそろえました♥

スタイリング／渡邉恵子（KIND）　撮影／坂田幸一

●取材店リストは254ページにあります。





01　02　03

←PORTER×bonica dotコラボキャンバストートバッグ 15,750円、バニティポーチ 8,925円／ともにbonica dot（Cover girl）　ターコイズ×ピンクストーンネックレス9,975円、ゴールドチェーンピアス 9,975円／ともにLiliha（Covergirl）




04

PEANUTS©United Feature Syndicate,Inc.




05　06

↑グレースヌーピーパーカ 7,245円、スヌーピーキャンバストートバッグ 8,295円、イエロースヌーピーTシャツ 5,145円／以上DazzliN'



07　08

↑ラインストーンつき白T 5,985円、黒チェーンストラップ 7,980円／ともにローズブリット（オンワード樫山）

TM&©Warner Bros. Entertainment Inc. (s09)




注目のbonica dot（ボニカドット）からは、あのポーターとのコラボアイテム（01）と新しくラインナップに加わったLiliha（リリハ）のアクセサリー（02&03）をピックアップ。ポーターコラボはトートもポーチも春気分な花柄が可愛い！　Lilihaも乙女心をくすぐるパステルのストーン使いにひと目ボレです♥　他にも春ってコラボものがたくさんリリースされてて……。自分ではなかなか着ないけど、やっぱりキャラものはキャッチーですよね。特にDazzliN'のスヌーピーコラボ（04&05&06）は展示会でも大人気だったみたい。おちゃめなトゥィーティーコラボ（07&08）も見逃せません！　Kai Laniからは新しくボディミスト（09）が新登場。またBejoueldというセレブ御用達のバッグブランドとのコラボかごバッグ（10）もリリース。最後に春のヒット予想はやっぱり〝カウガール〟かな。そこでまず欲しいのが進化したレースアイテム（11）とスエードもの（12）。レースはよりコーディネートになじむデザインが増えていて、レイヤードしたりわざとINに着たものを透けさせるようなスタイリングが流行ると思うの。〝カウガール〟って春に流行ったボヘミアンよりもうちょっとメンズライクというか大地を感じさせるというか（笑）。そんな印象だから、スエードを1点入れるだけでちょっと2010年っぽくなるんだよね。早く暖かくならないかな。春もの早く着たいですね～♪

by Kei




09

↗ボディミスト（右から）SWEET、PURE、WISH各200ml 各3,045円／Kai Lani（Kai Lani表参道店）（※3月上旬より発売スタート）



10

➡かごバッグ（右から）グリーン〈ピンク 10,290円、ベージュ×黒 1:,440円／ともにBejoueld×Kai Lani（Kai Lani表参道店）



11

⬇レースブルゾン 8,925円／MURUAマルイカレン新宿店　インナー次第で表情に変化を。

←白レースシャツ 7,875円／MERCURYDUO　フェミニンなシャツスタイルに。



➡ベージュスエードフリンジベスト 17,640円／Smork（Smork by Language原宿店）



12

➡キャメルスエードロングジャケット 26,040円／LHS BLONDY（blondy）

↑茶スエードフリルショートパンツ 16,590円／Kai Lani（Kai Lani表参道店）




ドラマ、映画、舞台、CMで大活躍☆

# 小栗旬さん

この人を見ない1週間はなかった！　といえるほど、2009年だけでもフル活躍だった小栗さん。大河に始まり、悪メン、刑事など、さまざまな役を熱演！






## 2009年はこんなページにご登場いただきました！



←映画『クローズ ZERO II』での「超シブイにらみに男気を感じた」という読者の声殺到。

Ray1月号
©アライテツヤ

Ray3月号 ©アライテツヤ

↑Rayで夢のような共演が実現！　素敵なメンズは、学ラン姿もとってもお似合い♥

←こちらは映画『TAJOMARU』のとき。やさしい微笑みにみんなが癒されました。

Ray10月号
©宮坂浩見



PROFILE

おぐり・しゅん●1982年12月26日生まれ、東京都出身。テレビ、映画、舞台、CM、雑誌など、オールジャンルで大活躍中。2010年夏に公開予定の映画『シュアリー・サムデイ』では初監督を務める。ニッポン放送『小栗旬のオールナイトニッポン』は毎週水曜25時～。

# 超プレミアムなメッセージをいただきました！

# おめ頂戴プロジェクト

がどど～んと再登場！　読者のみなさんへ向けて、新春のメッセージをいただきました。これは永久保存の価値アリ！

のさん分）●取材店リストは254ページにあります。

紅組

*Hinano Yoshikawa*



＼2009年はこんなページにご登場いただきました！／

Ray7月号 ©萩庭桂太



↑初夏トレンド「ドレスワンピ」と「コンビネゾン」をSWEETに着こなしてくださいました！

Ray9月号 ©設楽茂男



←ドレスコードに合わせたおしゃれな着こなしテクを伝授。ピンクドレスがお似合い♥



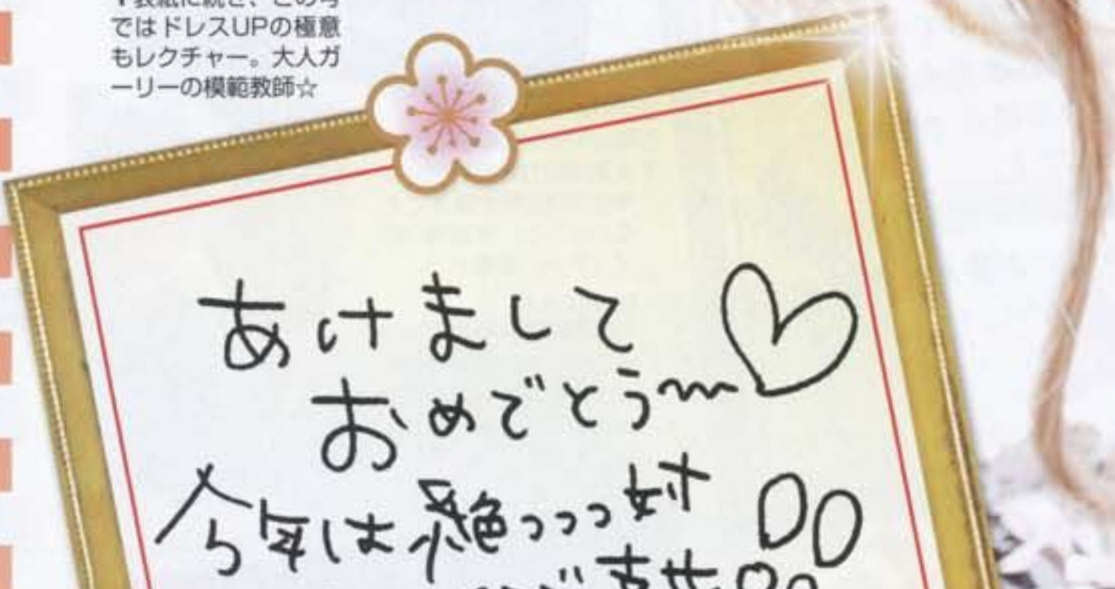
Ray12月号 ©中村和孝

↑ついに表紙に登場！うるるんeyeが話題を呼び、業界でも評判のカバーガールに♥



Ray12月号 ©中村和孝

↑表紙に続き、この号ではドレスUPの極意もレクチャー。大人ガーリーの模範教師☆




PROFILE

よしかわ・ひなの●1979年12月21日生まれ、東京都出身。テレビ、雑誌、CMなど幅広いジャンルで活躍中。ファッションリーダーとあおぎ、スタイリングをマネする女のコも多数。憧れの存在に。ブログ→http://mag-puppine.com/blog/hinano/

Message from

「憧れの女性」といえば♥

# 吉川ひなのさ

テレビや声優デビューなど、2009年も多岐にわたって活躍されたひなのさん。Rayでも表紙をはじめたくさんの企画に連続で登場いただきました！

シルバードレス 47,250円／Cohen et Sabine（dual）
ネックレス 26,250円／アガット

＼紅白対抗／大好きなあの人から

# 有名人の「あけ

新春は超ゴーカ企画でスタート☆　2009年の1年間、Rayにご登場いただいた有名人の方々を代表して18人

撮影／曽根将樹(PEACE MONKEY・吉川ひなのさん分)　スタイリング／鈴木由里香(dynamic・吉川ひなのさん分)　ヘア＆メイク／大西トモユキ(nude.・吉川ひな



Message from

さわやかスマイルに胸キュン♥

# 成宮寛貴さん

映画やドラマ、フォトブックなど、幅広い活躍が注目された2009年。読者の人気も急上昇し、Rayの熱いオファーにこたえてご登場いただきました♥

**PROFILE**

なりみや・ひろき●1982年9月14日生まれ、東京都出身。実力派俳優として大活躍中。1月23日～TBSドラマ「ブラッディ・マンデイ」に出演。フォトブック「なりみやでした。」も好評。ブログ→ http://www.hirokinarimiya.com/blog/index.html

2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray5月号 ©宮坂浩見

↑「いま出会いたい女のコ」企画に登場。ピンク×黒配色がお気に入りと教えてもらいました♥

Rayを読んでるみんなへ

あけおめ
ことよろ
です 成宮寛貴



Message from

ルックスも演技力もバツグン☆

# 市原隼人さん

2009年もドラマや映画に大活躍。映画『ROOKIES-卒業-』で涙した読者も多数。どんどんカッコよさに磨きがかかるイッチーに今後も注目大です！

**PROFILE**

いちはら・はやと●1987年2月6日生まれ、神奈川県出身。主演ドラマ「猿ロック」が映画化され、2月27日に公開予定。そのほか、高校生ボクサーを演じる映画「ボックス」も5月公開予定。ブログ→http://ameblo.jp/koinotakinobori-baka/

明けまして
おめでとうございます

常に死ぬまで未完成だから
良い事も悪い事も経験として
自分に足され成長していると感じ
今年も現時点は通過点とする。
水の様に色々な視点で事を
見ていきたいです。

2010年、お互いが笑える
年でありますように！
志高く！
PEACE！！
市原隼人

2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray7月号 ©本間日呂志

↑映画『ROOKIES-卒業-』の魅力を語ってもらいました。仲間思いのイッチーに感動！



Ray10月号 ©広岡雅樹(Scoot)

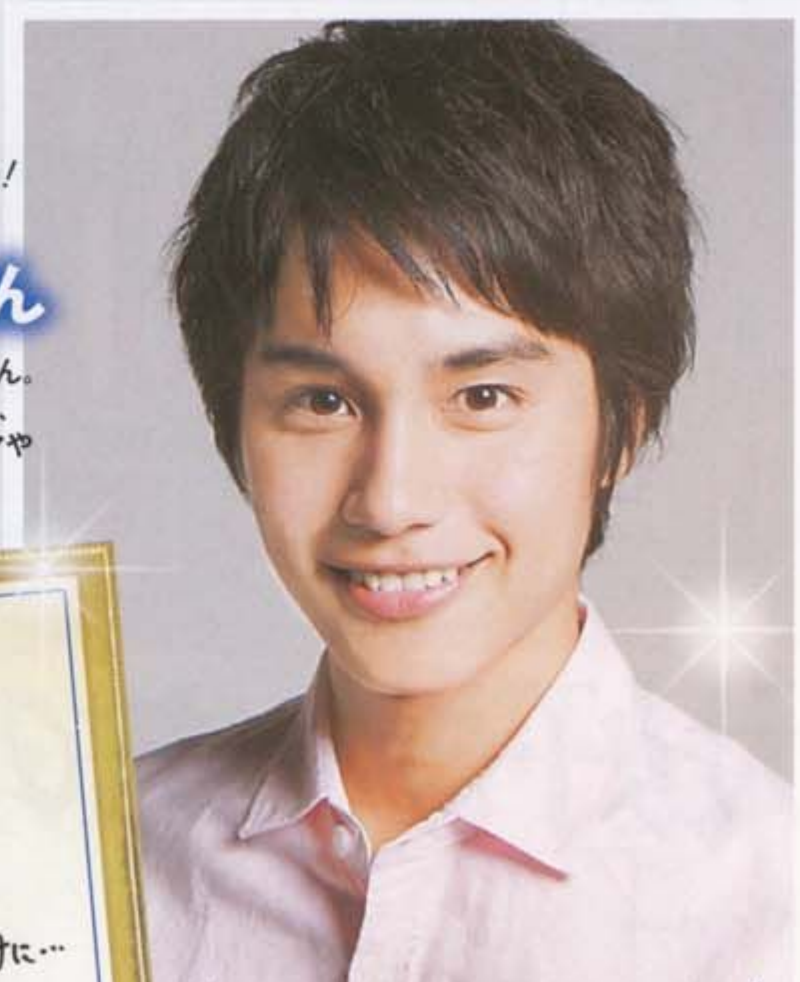
→Recommendに登場。本人の希望でメガネ姿。メガネなギャップがまたしてもカッコいい♥

Message from

美少年から美青年へと成長！

# 中村蒼さん

女のコからの支持率急上昇な中村さん。キラースマイルがたっぷりのDVD、2010年版カレンダーも好評。ドラマや映画など、今後の活躍が楽しみ♥



明けましておめでとう
ございます!!
みなさん
2010年も
おしゃれガンバレーイ。
↑Rayだけに…
蒼
僕も
ガンバリます。

2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray6月号 ©広岡雅樹(Scoot)

→「イケメン解体新書」に登場！「このイケメン、カッコいい！」と話題に。

**PROFILE**

なかむら・あおい●1991年3月4日生まれ、福岡県出身。1月14日スタートのドラマ『エンゼルバンク』（テレビ朝日）に出演。また、2010年秋公開予定の映画『BECK』にも出演。1st DVD『Holiday』も好評発売中！ ブログ→http://ameblo.jp/nakamura-aoi/

Message from

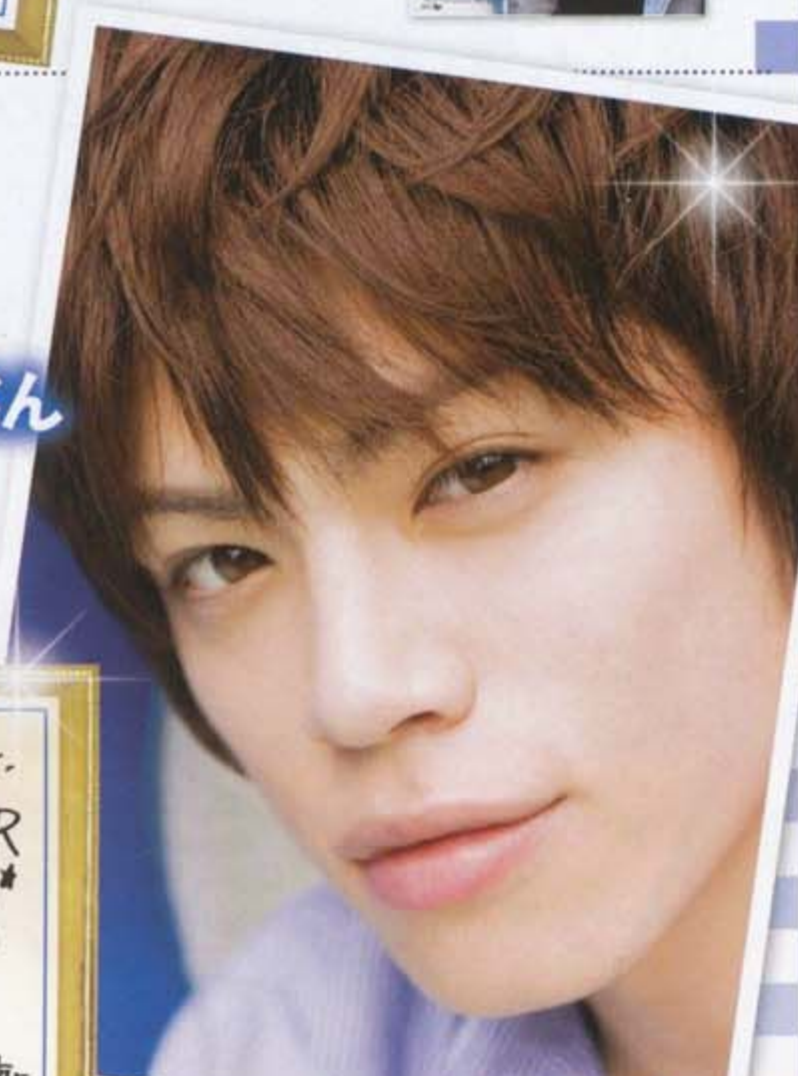
見つめられたらヤバイです♥

# 山本裕典さん

大活躍だった2009年。主演を務めた舞台『パッチギ！』で、新たな一面を見たファンも多いのでは？ "甘いマスク"とはこの人のこと！

A HAPPY NEW YEAR

去年一年は、どういった一年でした？
僕はとても楽しい一年でした。
今年はもっともっと楽しくて最高の一年にしていきましょうね!!
YUSUKE



2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray8月号 ©若原瑞昌(D-CORD)

→「いまデートしたい女のコ」企画に登場。女のコがお祭りデートで着る黒浴衣に弱いんだって♥

**PROFILE**

やまもと・ゆうすけ●1988年1月19日生まれ、愛知県出身。今冬放送のフジテレビヤングシナリオ大賞SPドラマ『輪廻の雨』では主演。そのほか、2010年夏公開の映画『きなこ～夢を追いかける犬～』にも出演。ブログ→http://www.yusukefc.com/message/

# 紅組



PROFILE

よしたか・ゆりこ●1988年7月22日生まれ、東京都出身。2006年に映画デビューし、その年にヨコハマ映画祭で最優秀新人賞を受賞。その後も数々の賞を受賞。映画やドラマなど、若手実力派女優として活躍中。1月23日公開の映画『すべては海になる』に出演。

Message from

不思議な魅力で即トリコに！

## 吉高由里子さん

実力派女優として大ブレイク中の吉高さん。2009年にはRayにもご登場いただき、CDに合わせてバラエティに富んだ表情を見せてくださいました

2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray11月号
©桑崎まこと(M CREW)
↑「ラフな格好が大好き」という吉高さんが、大人めマニッシュなスタイリングを披露。

Ray9月号
©羽田徹(biswa.)
↑「バッグの中身」企画に登場。Bigバッグの中身は男っぽい黒アイテムが多数。意外!?




Message from

キュートな笑顔で好感度大☆

## 安田美沙子さ



おしゃれで可愛くてスタイル美人なのはいうまでもなく、ホノルルマラソン出場など、アクティブなギャップでさらに好感度がアガってます！

PROFILE

やすだ・みさこ●1982年4月21日生まれ、京都府出身。バラエティ番組やラジオ、雑誌などを中心に活躍中。エッセイ「♥ of misako ～ココロ・カラダ・ハシル～」と2010年版安田美沙子カレンダーも好評発売中。ブログ→http://am eblo.jp/misanna/

2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray11月号
©桑崎まこと(M CREW)
↑フェミニンなだけじゃない、大人モードな着こなしを伝授。クールな表情もステキっす♥

Ray5月号
©若原瑞昌(D-CORD)
↑「MEN'Sのココロのツボ」企画に登場。素直な女ゴコロをたっぷり語ってもらいました♥

Ray12月号
©桑崎まこと(M CREW)
↑こちらは「冬の戦利品」企画。安田さんのハッピーオーラで現場もなごやかムードに。






Message from

天然キャラでますます人気♥

## スザンヌさん

2009年もたくさんご登場いただき、ファッションや読み物企画など、悩める女子の強い味方になっていただきました☆スザンヌ節で現場もなごやかに！

PROFILE

すざんぬ●1986年10月28日生まれ、熊本県出身。バラエティ番組をはじめ、多ジャンルで大活躍中。初の主演を務めた映画『いぬばか』も好評公開中（渋谷シアターTSUTAYAほか）。観に行ってみて♪ブログ→http://plaza.rakuten. co.jp/zannsu/




2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray5月号
©若原瑞昌(D-CORD)
↑安田さんと同じく「MEN'Sのココロのツボ」に"男は立てろ"を学びました。

Ray7月号
©羽田徹(biswa.)
↑SNAP企画では私服をチラ見せしてもらいました。カラフルな着こなしをレクチャー！

Ray10月号
©加藤アラタ(Keseki)
↑黒の着こなし術を教えてもらいました。派手アイテムのポイント合わせがスザンヌ流！

Message from

憧れの姫テイストといえば♥

## ほしのあきさ



私服見せ、着回し、スナップなどのファッション企画をはじめ、2009年もたくさんRayにご登場いただきました。独自の着こなし術にファンも激増！

PROFILE

ほしの・あき●1977年3月14日生まれ、東京都出身。ファッションリーダー&キュートなキャラクターで、大人気に。DVDムック『ほしのあきクローン』や、2010年版ほしのあきカレンダーも好評発売中。ブログ→http://ameblo.jp/hoshino-aki/



Ray6月号
©設楽茂男
←「夏の激売れ服」企画に登場。ほしの着用効果で激売れアイテムをご紹介




2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray11月号
©羽田徹(bisw
←着回し企画ワンちゃんとに登場。小物や髪型も超参なりました。

Ray12月号
©生田祐介(f-me)
→「GIRLS PARTY」企画ではガーリーワンピをお披露目。ノリノリで現場も楽しい雰囲気に☆

Message from

「しげ兄」の愛称でおなじみ！

# 細川茂樹さん

イケメンお兄さんとしてRayにご登場いただき、お得意の家電選びや恋愛アドバイスもいただきました！
しげ兄、2010年もよろしくお願いします！



**PROFILE**
ほそかわ・しげき●1971年12月16日生まれ、岐阜県出身。俳優。家電の豊富な知識を生かし、テレビやラジオ、雑誌などで活躍中。ラジオ『細川茂樹の家電ソムリエ』『SBSで行こう』も好評放送中。ブログ→http://ameblo.jp/shigeki-hosokawa/

**2009年はこんなページにご登場いただきました！**






Ray8月号
©生田祐介(f-me)
←碧と家電デートを実現。手取り足とり(笑)、選びのポイントを伝授してもらいました。




Message from

男っぽさにドキドキです♥

# 三浦翔平さん

可愛い弟タイプから、彼氏にしたい憧れメンズへ急成長！ デート企画にもご登場いただき、好みのタイプも教えていただきました♥ 今後の活躍も楽しみ。



**PROFILE**
みうら・しょうへい●1988年6月3日生まれ、東京都出身。映画やドラマ、雑誌などで活躍中。2月公開の映画『リアル鬼ごっこ2』や、『海猿3』（公開日未定）にも出演するなど、2010年も大忙し。ブログ→http://www.diamondblog.jp/syouhei_miura/




**2009年はこんなページにご登場いただきました！**




Ray9月号
©若原瑞昌(D-CORD)
↑映画「ごくせん THE MOVIE」紹介にて。スタッフやキャストとのチームワークは完璧のよう。




Ray8月号
©若原瑞昌(D-CORD)
↑「いまデートしたい女のコ」企画では「カジュアルな女らしさに弱い」ということが発覚！

Message from

「世界一」おめでとう♥

# はるな愛さん

記憶に新しいのは、ニューハーフ世界大会でグランプリに輝いたこと！ ますます"美"に磨きがかかったはるなさんの、2010年の活躍も楽しみです♥



**PROFILE**
はるな・あい●1972年7月21日生まれ、大阪府出身。乙女ゴコロを知りつくしたトークのうまさで、バラエティ番組を中心に活躍中。ファースト写真集『I ♥ AI はるな愛のつくり方』（東京ニュース通信社）も好評発売中。ブログ→http://ameblo.jp/haruna-ai/




**2009年はこんなページにご登場いただきました！**




Ray6月号
©広岡雅樹(Scoot)
↑「男アゲ」企画でメインビジュアルで登場。その名のとおり、アゲ方をしっかり教えてもらいました。




Ray5月号
©大沼寛行
↑「MEN'Sのココロのツボ」を独自の視点でわかりやすく解説。現場でも気配り上手な女のコでした♥



**PROFILE**
うえまつ・こうじ●アタッシェ・ドゥ・プレス。数々のファッションブランドのPRを手がけるほか、ファッションプロデューサーとしても活躍中。辛口のファッションアドバイスが定評！ ブログ→http://ameblo.jp/uematsu-koji/



Message from

われらがファッションアドバイザー

# 植松晃士さん

毎度お世話になっている植松さんには、2009年も着こなしテクをたっぷりと教えてもらいました！ 特に「プリ♥クラの惚れさせ服辛口診断」は大好評でした！

**2009年はこんなページにご登場いただきました！**




Ray7月号 ©大沼寛行
↑「美女しぐさ&愛されトーク」術を教えてもらいました。さすが、乙女ゴコロがわかる〜〜！




Ray5月号 ©岩橋徹也
↑ユニークな解説で「参考になる！」「即、実践してみます」と、読者からの反響大！




Ray11月号 ©木村隆宏
←「80'sの落とし穴」企画。2009年にブレイクした「80's」の今な着こなしをレクチャー。



紅組



連続して登場いただきました☆

# 南明奈さん

アッキーナには、ほぼレギュラー並みに多数回ご登場いただきました！コラボ、着回しなど、おしゃれなカジュアルダウン術は好評です♪

PROFILE
みなみ・あきな●1989年5月15日生まれ、神奈川県出身。キュートな笑顔と独特のトークセンスでバラエティ番組、雑誌を中心に活躍中。『笑っていいとも！』(フジテレビ系 木曜12時～)など、レギュラー番組も多数。ブログ→http://ameblo.jp/akkinablog/

2009年はこんなページにご登場いただきました！

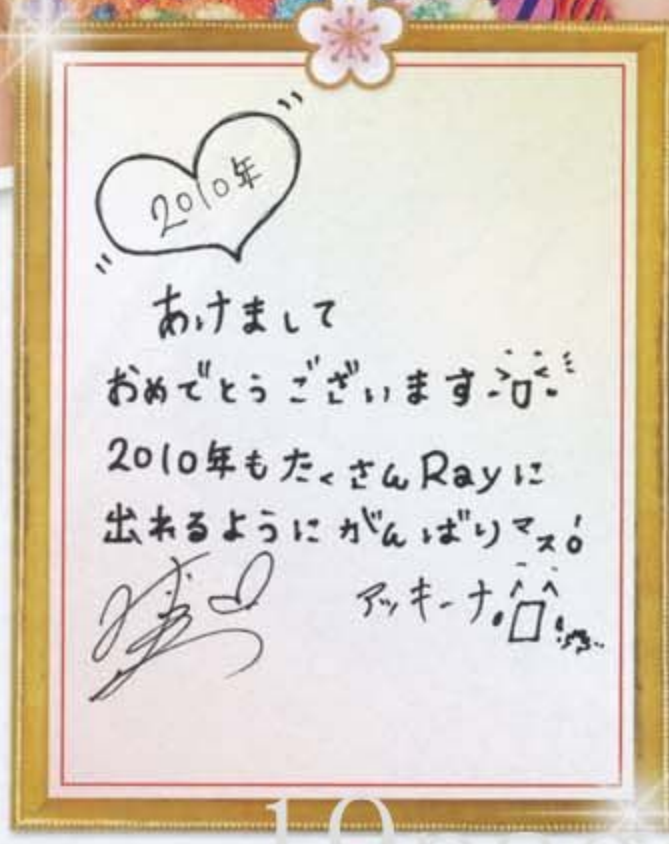


Ray9月号 ©加藤アラタ
↑着回し企画。大好物のコーラで休憩しながら、なんと31カット撮りおろし！

Ray6月号 ©山﨑玲児
↑お買い得アイテムばかりを集めた「グッド♥プライス劇場」。どの着こなしもラブリー♥



Ray12月号 ©羽田徹(biswa.)
←「冬の戦利品」企画。白×黒のモノトーンを中心にしたCDテクはマネしやすくて評判。






マンガへの熱いこだわりを伝授！

# 矢口真里さん

バラエティ番組でおなじみの矢口さんには、インタビュー時のキレのある回答で、マンガへの情熱を語っていただきました。

PROFILE
やぐち・まり●1983年1月20日生まれ、神奈川県出身。キレのあるトークでバラエティ番組に引っぱりだこ。大好きなマンガ『ワンピース』の映画版に声優としてデビューするなど、マンガ好きは公認。ブログ→http://ameblo.jp/mari-yaguchi/

2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray12月号 ©広岡雅樹(Scoot)
↑「名作マンガ劇場」にて。質問に答える様子は真剣そのもの。情熱を感じました！








みきてぃー結婚おめでとう♥

# 藤本美貴さん

Rayの誌面からも幸せオーラがブンブンでした♥美容ページを中心に、キレイなヒケツをたっぷり教えていただきました。

PROFILE
ふじもと・みき●1985年2月26日生まれ、北海道出身。テレビや雑誌で活躍中。バラエティ番組『THE 1億分の8』(毎日放送系)にレギュラー出演中。初のエッセイ本『自分婚』(講談社BC)も好評発売中。ブログ→http://ameblo.jp/miki-fujimoto/




2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray10月号 ©大久保義高　Ray8月号 ©寺中一桂
↑「惑わせLIP」企画では、お花の髪飾りで登場。まるで花嫁さんがいるような空気に包まれました。
↑「インナービューティー」企画に登場。お水や和食など、健康的な"美"を保つポイントをレクチャー。



Ray12月号 ©山口イサオ
↑「デート前ケア」企画。幸せたっぷりなダンナさまとのデート秘話を教えてもらいました。



SWEETな雰囲気の愛されガール

# 夏川純さん

異性からも同性からもWウケを狙える、スタイリング名人といえばこの人！好きなブランドはMERCURYDUOやMURUAっていうところも納得☆

PROFILE
なつかわ・じゅん●1980年9月19日生まれ、広島県出身。映画やラジオ、バラエティ番組などで活躍中。ラジオ『JUST SING！』(TOKYO FM)、も好評。2010年初夏に公開の映画『イルカの豆』にも出演。ブログ→http://ameblo.jp/natsukawa-jun/

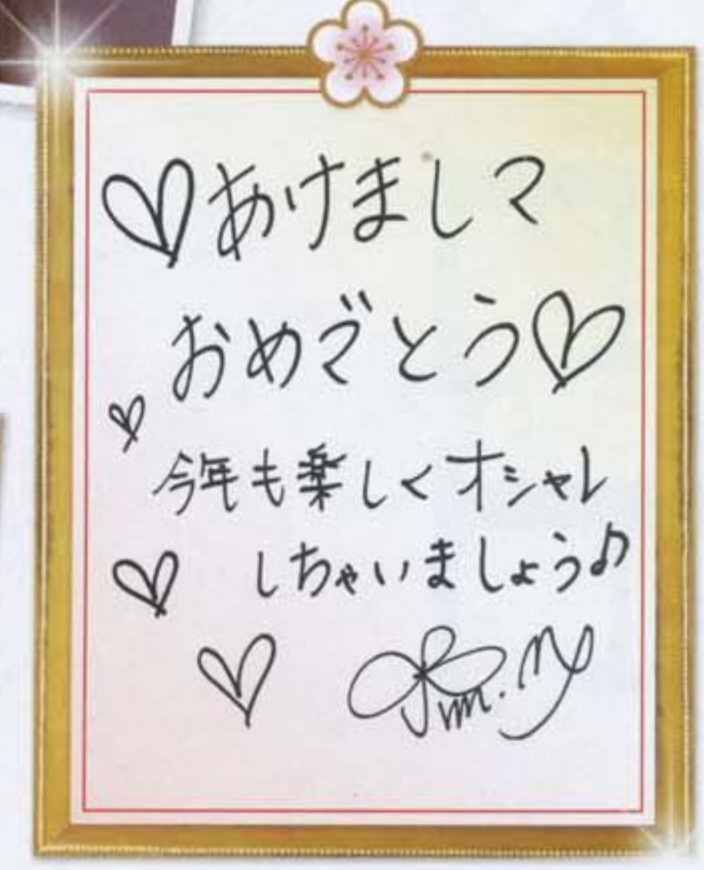
2009年はこんなページにご登場いただきました！



Ray10月号 ©大沼寛行
←「黒をどう着る？」企画に登場。キュートな甘辛MIXのスタイリングを披露してもらいました。



Ray11月号 ©山﨑玲児
→真っ先に買った秋の新作を拝見しました！アニマル柄やスパンコールがお似合い♥




CECIL McBEE
毎年、大行列ができる
セシルマクビーのお正月福袋
今年は、頑丈な
スポーツバッグに入って登場!
この福袋でしか手に入らない『オリジナルウールコート』が必ず入って、豪華アイテム7点入り・4~5万円相当で10500円!!他に、雑貨6点入り・2～3万円相当で5250円『福BAG』も登場♪『福BAG』はナイロン地のボストンバッグに入ってるよ★1年に1度のお得な機会を絶対逃さないで★福袋はなくなり次第終了の早い者勝ちだよ!
CECIL McBEE
CECIL McBEE
※発売日は各店にお問い合わせ下さい。
※写真の中身は一例になりますので個々に異なります。
※福袋オリジナルショップバッグのカラーは店舗によって異なります。
http://www.cecilmcbee.jp
㊫セシルマクビー 0120-628-668（平日10：00～18：00）

撮影／金子吉輝（DUCK TAIL）
スタイリング／大島有華

## 香りでカラーで！ひと足お先にバレンタイン気分を満喫しましょ♥

女のコのココロをわしづか
にするロマンチックなヴィジ
アルと、トレンド感たっぷりの
ラインナップ、しかもプチプ
でコスパ◎。「コスメに求め
ニーズの全部がそろってる♥」
とファン急増中のキスから、
トロベリーチョコレートをモ
ーフにした限定のチークとリ
プ美容液が登場。恋の駆け引
を強力プッシュしてくれるバ
ンタイン応援コスメというこ
で、見た目も香りもとびっき
キュートなんです！

板チョコみたいな格子にハー
トのエンボスが可愛いコンビ
ーク(写真上)は、繊細につや
くパール感がご自慢。濃淡2
を付属のやわらかブラシでく
くるっとブレンドしてふわり
ほおにのせるだけで、内側か
ほんのり色づくようなストロ
リーカラーのほおが完成。い
も以上に笑顔を輝かせる恋呼
守護神としてポーチに忍ばせ
おきたいアイテムです。

リップ専用美容液(写真下)
昨年、大好評で飛び売れした
イテムにUVカット効果をプ
スしたバージョンアップ限定品
ストロベリーチョコレートの
ずっぱい香りで彼のハートを
き寄せながら、実はちゃっか
UV対策も！　バレンタイン
線の勝者になりたいなら、即
いに走るべき!!




〈上から〉ビュアブルームチークスC 1,470円(限定)　ストロベリーチョコをイメージした、エンボスがキュート。リップショコラトリートメントUV 1,050円(限定) SPF10・PA+。唇をケアするリップ美容液。ストロベリーチョコの香りつき。
**1月19日発売**

# ストロベリーとチョコの甘い誘惑♥ 香りとカラーで楽しむ kiss[キス]の Sweet Valentine

★お問い合わせ先
PASSION N.Y. DIV
0120・501・150




## オーパのバーゲン

| | |
|---|---|
| 12/29 [TUE] スタート | 岡山オーパ |
| 1/1 [FRI] スタート | 聖蹟桜ヶ丘オーパ<br>新百合丘オーパ<br>藤沢オーパ<br>心斎橋オーパ<br>キャナルシティオーパ |
| 1/2 [SAT] スタート | 大宮オーパ<br>河原町オーパ<br>三宮オーパ<br>那覇オーパ |

## 福袋販売 1/1[FRI] スタート

**大宮オーパは 1/2[SAT] スタート**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 大宮オーパ | 〒330-0854 | 埼玉県さいたま市大宮区桜木町2丁目3番 DOM2·3F | TEL.048-649-8111 |
| 聖蹟桜ヶ丘オーパ | 〒206-0011 | 東京都多摩市関戸4丁目72番 | TEL.042-356-3131 |
| 新百合丘オーパ | 〒215-0021 | 神奈川県川崎市麻生区上麻生1丁目1番1号 | TEL.044-965-2121 |
| 藤沢オーパ | 〒251-0055 | 神奈川県藤沢市南藤沢22番3号 | TEL.0466-26-8111 |
| 河原町オーパ | 〒604-8505 | 京都府京都市中京区河原町通四条上ル | TEL.075-255-8111 |
| 心斎橋オーパ | 〒542-0086 | 大阪府大阪市中央区西心斎橋1丁目4番3号 | TEL.06-6244-2121 |
| オーパきれい館 | 〒542-0086 | 大阪府大阪市中央区西心斎橋1丁目9番2号 | TEL.06-6244-2121 |
| 三宮オーパ | 〒651-0096 | 兵庫県神戸市中央区雲井通8丁目1番2号 | TEL.078-291-2121 |
| 岡山オーパ | 〒700-0901 | 岡山県岡山市北区本町6番30号 | TEL.086-225-1201 |
| キャナルシティオーパ | 〒812-0018 | 福岡県福岡市博多区住吉1丁目2番22号 | TEL.092-263-2121 |
| 那覇オーパ | 〒900-0014 | 沖縄県那覇市松尾2丁目8番19号 | TEL.098-867-7808 |

オーパはあなたにつくられる

OPA

バーゲン情報はWebでCHECK! **http://www.opa-club.com** オーパ 検索

3姉妹そろってウエディング!?

## 香里奈

KARINA




### KARINA'S BLOG 01 サンクタCarinaの第6弾をお披露目です!




初の3姉妹共演が実現。あんなやえれなに似合うドレスを考えて、実際それを着てもらうのも新鮮だったし、同時にウエディング着ることなんて現実的には難しいから(笑)、いい機会になりました☆




### KARINA'S BLOG 02 ヘルシーなふぐを食べに行ったよ




このふぐ刺しにはうすく赤い線が入ってるでしょ。これって大きくて質のいいふぐにしか入ってないんだって。確かにおいしすぎて食べすぎた!

# Ray model's Hot Scandal

連載 Rayモデルが作る誌上ブログ vol.9

冬本番のRayⓂたちのライフワークをお届けします! 香里奈はウエディングに、碧とゆりはH&Mイベントなどいろんなお仕事の現場も垣間見れちゃいます!

今月の It Girl に密着!

### 碧&ゆりがH&M新宿店のオープニングパーティーに行ってきました!




定番もトレンドもバリエ豊富でハイバリューアイテムがたくさん。特に「Jimmy Choo for H&M」の洋服や靴は会場中の視線を集めてました。

碧は右の写真でサイズをチェックしてる花柄ベアワンピ、ゆりはヘッドアクセをまとめ買いしたよ。また、ゆっくりお買い物に行きたいっ!!

初めてのドラマ出演にドキドキ♥

## 葛岡碧

MIDORI

### MIDORI'S BLOG 01 スワロフスキー表参道店のオープンセレモニーへ

スワロフスキーのフープピアスとネックレスをつけて参加したよ。店内はキラキラづくしで、テンションがアガリっぱなしでした。




### MIDORI'S BLOG 02 ドラマ『リアル・クローズ』に友情出演を果たしました!




あこがれのエルメス×カジュアルブランドのMIX コーデを着て、7話のファッションショーのシーンに出演。シャツとベルトがわりに巻いたスカーフがエルメスだよ。楽しかった♪

### MIDORI'S BLOG 03 神戸コレクション参加しました♪




心斎橋大… 催された… レクショ… 加したよ… 写真で着… 装はHo… i Honey… 31 Sons… ode で…

プチトリップで癒されました~

## 紺野ゆり

YU…

### YURI'S BLOG 01 お姉ちゃんと2泊3日で韓国・釜山旅行へ




出てくる料理すべてが超ボリューミー。2人でフードファイト状態の毎日でした(汗)。鍋は釜山名物のナッチポックンです。夜は韓国在住の友達と一緒に海雲台〈ヘウンデ〉へ夜景を見に行きました。

### YURI'S BLOG Deciousの展示会で大はしゃぎ!




Deciou… 示会は… おじゃま… す。今回… ムとモノ… 服のオン… ドでクー… 分にジャ… アイテム… さん。

多方面のお仕事で活躍中!

## 今井りか

RICA

### RICA'S BLOG JRAのイベントでファンの方たちと競馬観戦




ファンの方たちと京都で競馬観戦するイベントを開いていただきました! 約20名くらいでワイワイ観戦したのが新鮮だった♥

### RICA'S BLOG 02 お仕事で一足先に振袖着ました!



2010年もよろしくお願いします♥と、いってもまだ2009年なんです(笑)。たまに着ると背すじがのびる気がする!

### RICA'S BLOG 03 自分プロデュースの2010年カレンダー発売イベントです




銀座の福… で握手会… ました。… イメージ… 入れた… ーだから… も以上に… れもあ… みんなも… てね!




"デザインの美しさと品質の高さは必ずしも高価である必要はない"



「Stamped Leather」

柔らかくしなやかなカーフレザーにリザードの型押しを施したレザーベルト。ディテールにこだわったデザインは腕もとでキュートな雰囲気を演出します。



「IPコーティング」

元々は金属保護のためのものが、技術革新により高度な着色技術を実現。金無垢にも見劣りしない輝きの美しさはブランドのグローバルな成長の原動力となりました。



「スワロフスキークリスタル
&マザーオブパール」

高度なカッティング技術と輝きの美しさで世界的に有名なスワロフスキー社製クリスタルと、わずかな角度の違いで煌めきの表情を変える秀麗なマザー・オブ・パールのダイアルを採用。

SKAGEN DESIGNS TOKYO OFFICE tel:03-5496-4318

CONCEPT SHOP
- □ SKAGEN SHINJUKU MITSUKOSHI FLAG SHOP tel:03-3350-4556
- □ SKAGEN NAGOYA LACHIC SHOP tel:052-259-6527
- □ SKAGEN OSAKA GARE SHOP by junks tel:06-6346-7608

お近くの販売店はこちらで

スカーゲン

www.skagen.jp

SKAGEN
DENMARK

Ray
[レイ]
No.267
02
FEB. 2010


# CONTENTS ①



〈香里奈〉ジャケット／Ra-Re（CORONET） タイつきシャツ／JILKY（Miyuu Bouquet L'Appartment） ベスト／AULA AILA（DraSTic） ショートパンツ／JB Girl（JB Girl 新宿ルミネエスト店） ブーツ／BABY PURE（イーボル） 〈葛岡碧〉レザージャケット、スカート／ともにParty People、ベアトップ／Free People、ブーツ／dolce vita（以上kitson） 帽子／CA4LA（CA4LAショールーム）


モデル／香里奈、葛岡碧
撮影／曽根将樹（PEACE MONKEY）
スタイリング／渡邉恵子（KIND）
ヘア＆メイク／SHIO（香里奈分）、木部明美（PEACE MONKEY・葛岡碧分）
デザイン／ピカテリー


## Fashion

# CONTENTS ②

## Beauty













## Entertainment



## 連載



※都合により、今月の連載「東方神起のLove&Beauty Recipe」はお休みさせてい


レイアウト／
ピカデリー・ナッティワークス・
禅・マーグラ・菅沼充恵・
波多英次・フライ・リッチモンド・
神谷昌美・吉村清香・
山口さなえ
DNP PD／成田和典


## Monthly★From Ray Models

本格的に寒くなってきましたね。今回は、HOTなバレンタインのエピソードや、マイブームなどについて、Rayモデルズに直撃してきました♪

今月のお題 ▸▸▸ ①バレンタインのエピソードを教えて ②冬に聴きたい曲は何？ ③最近のマイブーム、近況報告を！



©高野友也(PEACE MONKEY)

**葛岡碧** MIDORI

①毎年、お父さんとお兄ちゃんにあげるのはもちろんだけど、高校生のときは女子校だったので、女のコ同士でチョコの交換会になってました。②SPEEDの「White Love」と、ワムの「ラストクリスマス」。③私がデザインしたジュエリーブランド「Ridomy」から、Xmas限定のジュエリーが発売中です。チェックしてみて！ http://www.serruria.com



©高野友也(PEACE MONKEY)

**今井りか** RICA

①小学校のころ、仲よしの女のコと好きなコが一緒で、告白も一緒にしたことがありました。甘酸っぱい思い出です♪ ②中島美嘉さんの「雪の華」。初めて聴いたとき、雪とか冬の情景がたくさん浮かびました。人を大切にしたくなる歌詞が好きです。③加圧トレーニング。追い込んでいく感じが好き♥ 先生に「あとちょっと！」っていわれると頑張れる！



©高野友也(PEACE MONKEY)

**陸守絵麻** EMA

①好きな男のコにチョコを渡そうを思って、放課後待ってたんですが…… 緊張して渡せなかった(>_<) 小学生のころの思い出です！ ②広瀬香美さんの「ゲレンデがとけるほど恋したい」。スキー場に行くと必ず流れてるので！ ③最近のマイブームは目玉焼き。まだまだ寒い日が続くけど、体には気をつけてくださいね。素敵なバレンタインデーを♥



©高野友也(PEACE MONKEY)

**紺野ゆり** YURI

①友だちとよく家でチョコ作りしてました♪ 可愛くデコレーションするのが楽しかったなぁ。次は自分に高級チョコを買おうかな。②レミオロメンの「粉雪」。冬、この曲を聴くとキュンッとなんだか懐かしい気持ちになります♥ ③韓国旅行してきました。食材や調味料を買ってから、韓国料理にハマってます！ 最近はチヂミやチャプチェを作ってみたよ♪



©高野友也(PEACE MONKEY)

**三浦**

①中学生のころ、好きなコにチョコ げるため、親友と一緒に頑張ってト フを作ってた自分に胸キュンです(笑 ②中島美嘉さんの「雪の華」。この曲 くと切ない気持ちになります！ ③ よく青汁にいろいろまぜて飲んでま お肌の調子がすごくよくなりました 燥で肌のコンディションが悪くなっ る季節だし、おすすめですよ〜。



LOUIS GARNEAU®
THE GLOBAL SOLUTION FOR CASUAL CYCLING CULTURE
louis garneau
AKI CORPORATION LIMITED
www.louisgarneausports.com/bike/


intelligent life
GARNEAU
LGS SIX
LOUIS GARNEAU
AL6061
LOUIS GARNEAU
www.louisgarneausports.com
19page.com



# 冬だけど早くもパステルMIXなCDが気分です♥

“ベーシックな色みでそろえがちな冬こそ、パステルカラーをONしてテンションアップするのが香里奈流。シフォンやレースなどやさしい素材でMIXするのがポイント！”

arina's LOVE LOOK 01

## ムートンコート×ピンクベージュのレースワンピース

ャメルムートンダッフルコート 28,350円／Xmiss（エスシステ） ピンクレースティアードワンピ 15,750円／MERCURYDUO ール6連ネックレス 3,990円／BE RADIANCE パールネックレ 2,310円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 バッグにつたニットリボンゴム 1,470円／L.D.S.渋谷109店 茶スパンコーかごバッグ 5,040円（※2月下旬発売）／カシュカシュ（アンビリン） 茶折り返しニーハイブーツ 10,290円／ilima by pure elegae（イーボル） ムートンコート×レースワンピの冬の王道コーデ甘めなピンクを採用するだけでこんなにリフレッシュ！

冬のお散歩はあったかムートンが友達です♥

のおしゃれ LOVE LOOK 30

活用法もレッスンしてね☆

撮影／羽田徹（biswa.・モデル分）、菱谷理恵（静物分） スタイリング／渡邉恵子（KIND） ヘア&メイク／SHIO
モデル／香里奈 撮影協力／LOLITA麻布十番店、ドルチェ・マリリッサ、東京ミッドタウン ●取材店リストは254ページにあります。




## ファーつきライダースJK×ミントグリーンのスカート

ファーライナーつきライダースジャケット 参考商品／Jilky（Miyuu Bouquet L' Appartment） グレーTシャツ 4,095円／DazzliN' ミントグリーンフレヤースカート 3,990円／OSMOSIS（OSMOSISラフォーレ原宿店） 黒タイツ 2,415円／17C（17C by Blondollルミネ新宿店） ベージュチェーンバッグ 6,195円／SAC 黒レースアップブーツ 19,740円／Joias ファーのインパクトもミントグリーンのスカートで軽快スタイルへと変身。黒一辺倒になりがちな冬コーデを一新させて。




## ナポレオン風JK×ピンクティアードスカート

黒デニムナポレオン風ジャケット 13,650円、ピンクチュチュティアードスカート 36,750円／ともにParty People（kitson） ファーつきかごバッグ 8,925円／LD prime 黒サテンニーハイブーツ 11,340円／R&E渋谷109店 トレンドのナポレオン風ジャケットはちょっぴりレディに着こなすのが、好感度アップへの道。これならデニム素材なので、カジュアルに着こなせるはず。強めピンクのスカートで女らしさを、ニーハイブーツで美脚を強調した一目置かれるスタイリングです。

## ラベンダーライダースJK×ツイードショーパン

パープル×黒フードつきライダースジャケット 24,990円／Spiral Girl ボーダータートルニット 5,145円／beberose 黒ツイードショーパン 12,600円、黒トレンカ 3,675円／ともにDURAS ambient ビーズくまつきかごバッグ 5,040円（※2月下旬発売）／カシュカシュ（アンビリオン） 黒エナメルパンプス 6,195円／R&E渋谷109店 ショート丈だから軽やかに見えるライダースが選びのポイント。トレンカでモードな印象をアピールすればラベンダーカラーが一気に大人顔に変身します。







## ピーコート×イエローパーカ

ファーつきネイビーフードピーコート 30,450円 ローズブリット（オンワード樫山） 黄ロゴパーカ 5,985円 moussy（バロックジャパンリミテッド） デニムショーパン 7,140円 JAYRO white 茶ファーつきキャスケット 14,490円 アルバローザ（アルバローザ ジャパン） アーガイル柄タイツ 1,260円 ジョセット（Tabio） ストライプミッキーバッグ（©Disney）27,825円 バイオレットバンガー マルイシティ渋谷店 黒ニーハイブーツ 11,340円 R&E渋谷109店 お行儀のいいピーコートもイエローパーカならちょっぴりカジュアルにシフト可能。遊び心のあるミッキーバッグ合わせもさすが！

2009→2010
香里奈のおしゃれ丸わかり!!

# Karina's 香里奈の真冬



おしゃれのお手本、香里奈がぜーんぶ可愛い30ルックをお披露目します。だんだんマンネリ化してくる冬スタイルもこれを見ればリフレッシュ確実。手持ちアイ




## デニムライダースJK×ニットマフラー

デニムライダースジャケット 35,700円/トゥルーリリジョン ブランド ジーンズ(トゥルーリリジョン ジャパン) 黒タートル 8,295円/Language(Language 六本木ヒルズ店) 黒スパンコール入りショーパン 11,025円/RYZA(DraSTic) マフラー 7,875円/FRED PERRY SHOP GINZA ゴールドバッグ 4,830円/la Bala(SANYO SHOKAI) 黒ニーハイブーツ 13,440円/ilima by pure elegance(イーボル) ネクタイ風に巻いたニットマフラーはネイビー×赤のブリティッシュなデザインをチョイス。上級者の風格をただよわせて。

## ツイードライダースJK×ボーイズデニムパンツ

黒ツイードライダースジャケット 17,640円、黒チェーンバッグ 10,290円/ともにJoias 白ロゴTシャツ 4,095円/ROYAL PARTY ダメージデニムパンツ 29,400円/ダブルスタンダードクロージング(フィルム) 赤チェック柄パンプス 11,025円/カリストガ(サン・トロペ コーポレーション) ボーイズデニムをガラリと"今っぽい"スタイルへ変えるツイードライダースJK合わせに脱帽! 小物もチェーンバッグや柄パンプスなどレディにまとめて上品に。







## ムートンコート×デニムシャツ

ョート丈ダッフルコート 27,090円、ダンガリーシャツ 13,440円、茶 ーグラス 6,090円/以上アルバローザ(アルバローザジャパン) 黒 ン[illegible]花柄ワンピ 9,975円/Joias 茶[illegible] 6,195円/Xmiss(エ ステム) ピンクショルダーバッグ 9,975円/Happy&Sac and Kawaii ョートブーツ 13,440円/pure soeur(イーボル) ムートンコートと ワンピでサンドしたデニムシャツがキモ。ちょっぴり見えるだけで、 ものコートスタイルが一変します。




## ダンガリーワンピース×ファーベスト

ベージュムートンファーベスト 参考商品/Double dazzle ダンガリーシャツワンピ 5,145円/ROYAL PARTY muse ブロックチェックシャツワンピ 8,[illegible]90円/DURAS 赤ベルト 4,095円/Spiral Girl 赤キルティングミニチェーンバッグ 8,295円/DazzliN' 黒ニーハイブーツ 21,840円/Joias ファーベストはどんなワンピースでも、ほどよくドレッシーに変えてしまうマジカルアイテム。赤ベルトでウエストマークしてリズミカルなCDへと昇華。

# 定番デニムスタイルは日々進化中!

"今季はバリエが豊富だからデニムを使ったCDがメインルックに。香里奈はレイヤードしたり、テイストMIXしたりとちょっぴり変化球なスタイリングを楽しんでます。"




## ファーつきGジャン×チュニックワンピース

ファーつきブルーGジャン 59,850円/NOLITA(コロネット) 白レースチュニックワンピース 15,540円/Joias 白レザーショーパン 10,290円/ROYAL PARTY キャメルチェーンバッグ 15,540円/アルバローザ(アルバローザ ジャパン) キャメルニーハイブーツ 21,840円/Joias [illegible]なファーもデニムならさらりと着こなせるからうれしい。Gジャンのすそから出したチュニックのティアードで女のコらしいアクセントをON。

## ダウンコート×クラッシュデニムミニスカート

黒スタッズつきダウンコート 26,250円/Language(Language 六本木ヒルズ店) ボーダータートルニット 6,090円/DURAS スタッズつきデニムスカート 11,550円/MERCURYDUO ピンクニットマフラー 8,295円/Joias 黒スタッズつきミニバッグ 15,540円/JILL by JILLSTUART SELECT(JILL by JILLSTUART) ピンクラインストーンブーツ 25,200円/Nina mew(デフィ) スタッズやラインストーンをあしらったアイテムを多用して、香里奈らしくカジュアルなスタイルもリッチに見せたCD。







## デニムJK×デニムショーパン

ノーカラーファージャケット 26,250円/Declare(Declearプランタン銀座店) スタンドカラーフリルジャケット 10,290円/SWORD FISH 心斎橋OPA店 デニムショーパン 11,340円/Joias サングラス 6,090円/アルバローザ(アルバローザ ジャパン) 黒ニット帽 2,100円/ビバユー 黒レースレギンス 3,990円/Dual THREAD 有楽町マルイ店 茶バッグ 26,250円/バイオレットハンガー マルイシティ渋谷店 茶ジョッキーブーツ 12,390円/ilima by pure elegance(イーボル)




たまにはおっきなトランクで
逃避行しちゃおっかな⁉

## チェック柄 ライダースJK×赤小物

チェック柄ライダースジャケット 16,800円／bonica dot（Covergirl） 白タートルニット 7,245円／黒ショーパン 10,290円／ともにJoias 赤ストール 10,290円／Dgrace（ビー・エックス） 赤エナメルバッグ 18,900円／マリークワント トレンカ 2,625円／Spira Girl 赤パンプス 18,900円／ピープル（THE FIRST style 有楽町マルイ店）




ネイビー×白×ゴールドで
大人プレッピーが完成

## ピーコート×金ボタンベスト

ネイビーピーコート 29,400円／Iriee（遊心クリエイション） ネイビーダブルボタンカーデ 14,490円、ボーダーミニワンピ 8,295円／ともにSmork（Smork by Language 原宿店） 白モヘアマフラー 9,240円／FRED PERRY SHOP GINZA 黄ボストンバッグ 6,195円／SAC 黒ベルトつきショートブーツ 6,930円／charmant渋谷109店 ネイビーと相性のいい黄色小物を効かせた大人っぽいプレッピースタイル。ゴールドボタンのカーデをチラ見せするとさらにお高めに見えます。

# グッドガールな着こなしにも注目です!

“トレンドロックスタイルの流れから
グッドガール意識なスタイルがきてます☆
ニーハイや思い切った赤の差し色で
スパイスを加えるのが香里奈流。”




お気に入りのカフェで雑誌
を見ながら情報収集中☆

## バイカラーJK×ロゴTシャツ

白パイピングテーラードジャケット 22,050円／RYZA（DraSTic） 白ロゴTシャツ 6,250円／Dirtee Hollywood（LA☆CELEB） 黒チュチュスカート（ニット&帽子つき）8,925円／Pin Curl ネイビーニット帽 3,045円／DazzliN' ジャケットにつけたバッジ 1,890円／Barbie ファーがま口バッグ 15,750円／Joias 黒ニーハイブーツ 45,150円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ（サン・トロペ コーポレーション） 特に派手なアイテムを使っていないけど、存在感があるのは白テーラードのおかげ。意外と難しいアイテムもバッジでプレッピーにシフトさせれば親近感コーデに早変わり!




ジャケット×"赤"って
自然とハッピーになれるんだ

## テーラードJK×赤ニット

黒パイピングジャケット 29,400円、V ネックニット 11,550円、白Yシ… 13,650円、ネクタイ 8,925円／以… ED PERRY SHOP GINZA デニムシ…ーパン 9,030円／SmackyGlam（S… YO SHOKAI） 赤チェック柄ショ…ーバッグ 13,440円／RNA（RNA In… ネイビーパンプス 16,800円／ロー…ブリット（オンワード樫山） 黒タ… ／スタイリスト私物 プレッピーの…道スタイルにクラッシュデニムで…心を追加。

## チェック柄シャツ×レザーJK

茶ライダースジャケット 6,930円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 パープルチェック柄シャツ 7,140円／RODEO CROWNS（バロックジャパンリミテッド） グレーTシャツ 7,140円／アルバローザ（アルバローザ ジャパン） インディゴパギンス 5,145円／SOMETHING（エドウイン） ニット帽 5,145円／COOCO（Dual THREAD 有楽町マルイ店） パープルファーバッグ 10,290円、パープルパンプス 13,650円／ともにJoias 大人可愛いパープルもチェック柄でとり入れたらプレッピーな印象に一役。




ブラウン×パープルで作る
プレッピーなら脱マンネリ☆




スタッズJKのハードさは
甘めオールインワンで中和

## ひとくせJK×チェック柄オールインワ…

黒スタッズつきジャケット 39,900円／Swingle 有楽町マルイ店 赤… ック柄オールインワン 7,245円／DazzliN' ジャケットにつけたバッジ… 95円／JAYRO ベージュファーミニバッグ 9,975円／ノースコーナ… 黒ロングブーツ 25,200円／イントリゴ（THE FIRST style 有楽町マ… 店） 子供っぽく見えがちなオールインワンを大人めに引き上げるJK… がポイント。さらにエンブレムバッジでグッとおしゃれ度もアップ！

# ちょっぴりコンシャス意識な美人CDをお披露目！

“たくさん着込む冬だって女らしいのが香里奈のポリシー。
ラインを強調したり、ちょっぴり露出を効かせたり、
こびないコンシャススタイルを見本にして。”



Karina's LOVE LOOK 22

お姉ちゃんとごはん…どーしよ

## ツイードJK×レースレギンス

黒ラメ入りツイードジャケット 25,200円／レッセ・パッセ 黒リブタートルニット 6,090円／DURAS パールつきポケットデニムショートパンツ 8,190円／L.D.S.渋谷109店 黒レースレギンス 2,415円／Honey Bunch 心斎橋OPA店 スパンコールかごバッグ 3,990円（※2月下旬発売）／カシュカシュ（アンビリオン） 赤ウエッジソールパンプス 24,150円／AULA AILA（DraSTic） 今度はレースレギンスで足元に抜け感をメイク。黒アイテムで埋めつくしがちだけど、ちょっぴりの肌見せでぐっとコンシャスに近づきます。



Karina's LOVE LOOK 21

事務所の先輩の主演映画を見に。急がなきゃ！

## タイトJK×レース柄ショーパン

黒ショート丈テーラードジャケット 16,590円／MURUA 有楽町マルイ店 白パール&ストーンつきTシャツ 7,245円／Jilky（Miyuu Bouquet L' Appartment） ピンク×黒レースショーパン 6,195円／beberose ピンクストール 7,245円／Xmiss（エスシステム） ピンクトートバッグ 5,565円／SAC 黒ベルトつきニーハイブーツ 13,440円／BABY PURE（イーボル） レース柄ショーパンで抜け感を作ったマニッシュなコーデ。全体がきゃしゃに見えるのはコンパクトなジャケットのおかげ。



Karina's LOVE LOOK 20

今日は念願のイタリアンへ。ちょっぴりおめかし気分です

## ファーコート×リボンつきトップス

茶ファーコート 14,700円、ピンクスパンコールスカート 6,300円／ともにBarbie ドット柄ベアトップ（リボンベルトつき）17,850円／ソブ（フィルム） パールロングネックレス 3,045円／Xmiss（エスシステム） 黒チェーンバッグ 8,295円／DazzliN' 黒ニーハイブーツ 10,290円／BABY PURE（イーボル） リボンモチーフのベルトから、ウエストマークのCDも一段とレディに。脱いだらおっと思わせるファーコート×ベアトップの厚薄コーデもお手本にして。



Karina's LOVE LOOK 19

撮影終わりに地元の友達と待ち合わせ♪

## オフショルニット×スキニーデニム

ラインストーンつき黒ニット 12,390円／Joias ダメージボーイフレンドデニムパンツ 19,950円／AULA AILA（DraSTic） グレーファー帽子 5,145円／LD prime ピンククラッチバッグ 8,295円／Dual THREAD 有楽町マルイ店 黒ファーつきブーツ 7,980円／charmant渋谷109店 大きめなVネックできゃしゃな鎖骨を印象づけて。



Karina's LOVE LOOK 24

かっちりJKに可愛さプラスなリボンベルトが◎

## テーラードJK×リボンベルト

黒ショールカラーテーラードジャケット 40,950円、ベージュワンピ&リボンベルトセット 42,000円／ともにソブ（フィルム） 黒ビジューつきクラッチバッグ 10,290円／Joias 黒リボンつきエナメルパンプス 25,200円／DURAS ambient 肌にぴったり吸いつくようなタイトなワンピースとさらに引き締め効果のあるウエストベルトの最強美ボディコーデ。でも女らしさだけじゃなく、強さもジャケットでONするのが香里奈流です。



Karina's LOVE LOOK 23

大胆ヒョウ柄はシャツでスタイリッシュにキメ

## ヒョウ柄ファーコート×太ベルト

茶ヒョウ柄ファーコート 34,650円／JILL by JILLSTUART ベストつきシャツワンピ 9,345円／ValenTine's High渋谷109店 デニムトレンカ 4,200円／Daddy Long Legs（栄光商事） ベルト 4,725円／ROYAL PARTY 黒チェーンバッグ 8,295円／Dual THREAD 有楽町マルイ店 ピンクサテンリボンつきパンプス 6,195円／REZOY渋谷109店




## デニムジャケット×ティアードワンピース

ベージュスタッズつきベスト 7,875円／ROYAL PARTY ノーカラーデニムジャケット 11,550円／Smork（Smork by Language 原宿店） 白ティアードコットレースキャミワンピ 19,950円／AULA AILA（BraSTic） オフ白ローゲージマフラー 6,195円／URBAN RESEARCH DOORS（URBAN RESEARCH DOORS たまプラーザ店） 茶ヴィンテージサッシュベルト 3,675円／シャーロットロンソン 茶フリンジショルダーバッグ 35,700円／Nolita（CORONET） ダークブラウンニーハイブーツ 39,900円／ローズブリット（オンワード樫山）

## ダウンジャケット×花柄ワンピース

赤ダウンジャケット 25,200円／URBAN RESEARCH（URBAN RESEARCH渋谷店） 花柄ベアワンピ 12,600円／BE RADIANCE 黒チェーンつきミニバッグ 25,200円／ダブルスタンダード クロージング アクセソワ（フィルム） 黒レースレギンス 2,940円／Decious スパンコールパンプス 7,875円／ビバユー あざやかな赤ダウンもフェミニンな花柄ワンピースでアップデート。レギンスでモードな印象をプラスして。







## ギャザー入りJK×花柄ワンピ

茶ギャザージャケッ
4,700円／Declare（
areプランタン銀座
キャメルスエードジ
ット 6,930円／ピン
ガールズ 新宿ルミネ
ト店 デニムベスト
900円／Wrangler×
小花柄ベアワンピ 2
0円／Bianca's close
もにCher） ショル
バッグ 12,390円／
AL PARTY 茶ミド
ブーツ 28,350円／ヴ
セヴン・トゥエルヴ
ーティ（サン・トロ
ーポレーション）
に春ボヘミアンをア
ルできる茶×花柄
真冬だからジャケッ
W使いも手にし
対策。



# 季節先どりはワンピースで始めましょ♪

“そろそろ店頭にも春気分なアイテムが置かれる頃。もちろん香里奈もいち早くチェックしてます。まずはじめは春らしさをお手軽に演出できるワンピースからGET！”




## モッズコート×ダンガリーワンピース

カーキライナーつきモッズコート 33,600円／Dgrace（ビー・エックス
チェック柄シャツ 11,550円／URBAN RESEARCH（URBAN RESEARC
谷店） デニムティアードワンピ 13,440円／Smork（Smork by Lang
原宿店） ベージュゴムベルト 5,145円／Honey Bunch心斎橋OPA店
ボストンバッグ 8,295円／Double dazzle 茶ロングブーツ 10,290
R&E渋谷109店 茶系コーデに一点うす色ブルーのデニムワンピが映
ナチュ系スタイル。街をさっそうと歩きたくなるボリュームあるティ
ドがうれしい！




## シフォンワンピース×スタッズベルト

ビジューつき黒モヘアカーデ 8,400円／Barbie 花柄ワンピ 8,295円／BE RADIANCE 黒スタッズつき太ベルト 5,460円／Jel'emets solo（バロックジャパンリミテッド） 黒クラッチバッグ 9,345円／Joias 黒ショートブーツ 13,440円／BABY PURE（イーボル） 花柄ワンピースはただ着るだけじゃおしゃれとはいえません。クールさとコンシャスさを加えるスタッズベルト使いもマネしたい！




## ライダースJK×ボーダーワンピース

キャメルレザーフードつきライダースジャケット 31,290円／Spiral Spice（DREAM） 黒リブタートルニット 5,880円／Feroux（オンワード樫山） ボーダーチュニック 11,550円／FRUIT CAKE(Cher) 赤ハット 5,775円／ビバユー 黒スパンコールチェーンバッグ 12,390円／Honey Bunch 心斎橋OPA店 黒トレンカ 2,415円／ショセット（Tabio） 赤グリッターパンプス 13,440円／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店） 赤小物でベースカラーCDをサンドイッチした大人レトロみをアップ。特にハットはオススメ小物です☆

# WEEKEND CAMELOT
Supported by Ray
## PART 2 の現場をレポート！

11月に行われたイベント第2弾の現場に潜入。今回もプリ♥クラを筆頭に、会場は大盛り上がりでした。その様子をご覧あれ!!





大声援の中、プリ♥クラ5人がファッションショー！

個性派ボヘミアンなマキシワンピに会場熱狂

ボリューミーなアウターに"可愛い〜"の声が炸裂！

WEEKEND CAMELOT 23:00
【MILLION CARATSのAWコレクションショー】

この日、プリ♥クラの川本彩さん、新部宏美さん、平有紀子さん、千葉由佳さん、赤池永梨奈さんの5人がファッションショーに出演！



ピンクのポーチを会場に投げてサプライズプレゼント！



ランウェイはお客さんとの距離も超間近♪



ものすごくたくさんのお客さんが来場！



平有紀子ちゃんMCでトークショーも盛況

09年秋に誕生したNEWブランド、ミリオンカラッツ。秋冬コレクションはカジュアルボヘミアン。みんなみごとに着こなしました★

# 2010.1.22 Friday

Ray公式サイトから今すぐ応募！

大盛況により第3弾決定！

抽選で100組200名をご招待♪

# WEEKEND CAMELOT Supported by Ray PART 3 開催!!

渋谷の夜遊びスポット、キャメロットからHOTなニュースをお届け！　Rayイベントの第3弾が決定しました。ショーやゲストなど豪華コンテンツ盛りだくさんなので要チェック♪

撮影／大沼寛行　撮影協力／club camelot ☎03-5728-5613

### INFORMATION

次回もプリ♥クラ出演！　Rayセレクトブランド春いちコレクション

2010年1月22日(金)
22：00 OPEN

ますます盛り上がりを見せること確実なWEEKEND CAMELOT（club camelot／http://www.clubcamelot.jp/）。PART3ではなんと特別にRay読者限定枠で、100組200名をイベントにご招待しちゃいます♪　応募は下記のRay公式webサイトまたはQRコードに今すぐアクセス！　プリ♥クラが出演するRayセレクトブランド春いちコレクションは22:30開始予定。

イベントの応募はこちらから→

http://ray.shufunotomo.co.jp/



WEEKEND CAMELOT 22:30
【DJ】

前回に引き続き、JUICYがDJを担当。この日一日イベントにピッタリなミュージックで会場を盛り上げてくれました！



イベント後におみやげもらいました♡

Rayイベントの最後には来てくれた女のコにプレゼントが。お菓子や化粧品サンプルなど、もらってうれしいものばかりがたっぷり。

WEEKEND CAMELOT 22:00
【SNAP撮影】

第1弾でも好評だったSNAP。今回もブースを設置し、来ていた女のコのファッションチェック！　おしゃれなコばかりでした。



田村薫さん（共立女子大学2年）

ライダースにヴィンテージ花柄のスカートがトレンド感大



平沢めぐみさん（S専門学校1年）
相澤真代さん（S専門学校1年）

平有紀子ちゃんの大ファン！コーデもヘアもゆっこちゃん意識



倉本麻里絵さん（OL・23才）

クラブイベントもモノトーンで大人っぽくまとめて上品に

monthly

# It News

photograph / Kouichi Sakata
styling / Kaori Higuchi (KIND)

カリスマファッションプロデューサー
## 植松晃士さんオススメNEWブランド
# 「Lulu du Mii」がデビュー!!
ルルドゥミイ

おしゃれのカリスマ、植松晃士さんが注目してるNEW靴ブランドがこの春デビュー。シンプル、カジュアル、エレガンスの3ラインで展開されるコレクションを早速紹介します。



### Elegance Lu

繊細なレースや華やかなビジューなど
凝ったディテールがキラリと光る
特別な日のためのエレガンスライン。
スペシャルな一足がきっと見つかるはず。

↘ビビッドピンクリボンつきパンプス（8cm）21,000円、ヒョウ柄×淡ピンクミュール（9.5cm）21,000円、淡ピンクエナメル×グリッターパンプス（8cm）19,950円／以上Lulu du Mii（エースコーポレーション）



↖ピンクベージュレ
パンプス（9cm）23
円、黒レースパンプ
cm）22,050円、パー
オープントウパンプ
cm）19,950円／以上
du Mii（エースコー
ーション）

### Casual Noi

遊びゴコロのあるポップなカラーや
グリッター＆ヒョウ柄などのインパクト大
素材を使ったリッチカジュアルなシリー
ラフな休日コーデのアクセントにぴった



### Simple Rosa

凛とした存在感を放つ
洗練されたシンプルなデザインが魅力的。
どんなコーディネートにもマッチして
さりげないオーラを放ちます。

↗ベージュ×パイソンオープントウパンプス（8cm）21,000円、白リボンつきパンプス（8.5cm）21,000円、パープルエナメルパンプス（6cm）19,425円／以上Lulu du Mii（エースコーポレーション）



靴は履くことのできるオブジェ。シンデレラの物語にあるように、幸せの象徴です。足元のおしゃれで幸せを手にしてください。

**植松晃士**さん

Profile

アタッシェ・ドゥ・プレス代表。数々のファッションブランドのPRやプロデューサーとして活躍。辛口ファッションアドバイスに定評があり、TVや雑誌に引っぱりだこの存在。

●取材店リストは254ページにあります。 ※ヒールの高さ(cm)はすべて編集部計測です。

新しい年もキラキラ輝いて、みんなにHAPPYをおすそわけ!

# Rayモデルズの未来予想図2010

新しい年のスタート！　みんなはどんな1年にしたい？　Rayモデルにも2009年を振り返りつつ、なりたい自分について新年の抱負とともに語ってもらいました。いつもよりちょっと真面目に、赤裸々に。直筆メッセージとともにお届けします！

撮影／萩庭桂太　スタイリング／樋口かほり（KIND）　ヘア＆メイク／SHIO（香里奈分）、山下智子（今井りか、三浦葵、紺野ゆり、南里美希分）、山口理沙（HEADS・葛岡碧、睦守絵麻、小泉梓、泉里香分）　取材・文／綿引桂子　●取材店リストは254ページにあります。

## 2010年、なりたい自分を発表します！

香里奈が2010年の目標を発表します！

二〇一〇年
日進月歩
香里奈



“これからも進化し続ける〝香里奈〟を発信！”

### 毎日が悔いのないように仕事も遊びも全力投球！

2009年は1年がとにかく早くて、まだじっくり振り返る余裕がないけど、毎年少しずつは**内面的な部分も成長できてる**かなと思うんです。だって、結果は必ず自分についてくるはずでしょ？　たまに、こんな一面もあったんだ～って自分でもびっくりするときがあるんだけど、そういう**自分の引き出しをもっと増やしていけたら**と思ってます。これからも、**常に新しい私を見せていきたい**から。例えば、今までやったことのない**アクション**に挑戦してみたりとかね。きっとみんな意外って思うでしょ(笑)。

新年は**モデルとして10周年**。ある意味、**モデルの香里奈と女優の香里奈はまったく違う**ものだと思うし、両方頑張らないといけない。**両立していくことで、**ほかの人にはない**個性や武器になる**と思うんだ。だからモデルとしての節目の年を大切にしたいし、**今までにないような写真や世界観を表現**してみたい。

仕事は忙しいなりに楽しさを見つけられるけど、プライベートも大事にしたい。だからON&OFFをうまく切り替えて、**自分をコントロールできる人になりたい！**仕事も遊びも全力でやって、力を抜くところは抜く。どんなこともさらっとやってのける人ってカッコいいと思うから、目標は頑張ってる感を出してない人(笑)。

もともと**英語**には興味があるんだけど、ドラマや雑誌のロケで海外に行くチャンスがあっても、その前にじっくり勉強する時間がなかなかない。今年こそはもっと**英会話を上達させて、**海外に行ったときに活用できるようにしたい。**新しいことをもっとたくさん吸収していきたい**なって思ってます。

←イエローコットンレースブラウス 11,550円／SmackyGlam（SANYO SHOKAI）　黒フリンジミニスカート 6,825円／ROYAL PARTY　ヒョウ柄ハット 3,990円／Brownie bee　ピアス 1,050円／DURAS　ベアトップ／スタイリスト私物

Happy New Year

サバサバした男前な性格も人気のヒミツ☆

# 香里奈

*Karina*

PROFILE

かりな●1984年２月21日生まれ。愛知県出身。Ａ型。吉田修一原作の衝撃の青春群像劇、映画「パレード」が2010年２月より渋谷シネクイント、新宿バルト９ほか全国にて公開。公式ＨＰ（http://karina-karina.com/）も注目。

How to Make me Happy!

**もみじ＆はなびがいれば元気になれます！**

見てるだけで癒される～（笑）。あとは、おいしいごはん！最近コラーゲン鍋がお気に入り。本当は睡眠が一番だけどね。




➡ネイビー星柄サテンワンピ14,700円／ローズブリット（オンワード樫山）　ピンクロングマフラー 8,190円／DURAS　ベビーピンクウエスタンブーツ7,350円／FLAG-J渋谷109店




from
三浦葵

あけまして
おめでとうございます。
いつも
“笑っていよーね♡
葵。

from
紺野ゆり

Happy New Year
2010年も笑顔がいっぱい
溢れる年でありますように♡♡♡
Rayを読んで一緒にオシャレを
楽しみましょ～♡♡
♡♡LOVE♡♡
Yuri

from
南里美希

2010
あけまして
おめでとうございます!
365日の1日1日を
毎日Happyにね♡”
Miki

from
葛岡碧

A Happy New Year
～2010～
あけまして おめでとう ございます
2010年は、どんな一年になるのかなぁ…??
一年の始まりって ワクワクするね☆☆
私は、元気でパワフルで笑顔でいっぱいの年にしたい!!
みんなも、素敵な一年を過ごせますように…
何より…☆健康第一☆だネ♡♡
私からは、Rayを通して沢山のスマイルを送るよー
from 葛岡 碧

〈葵〉ピンクワンピ 25,200円／アプワイザー・リッシェ ヘアバンド 1,995円／DazzliN' ブレス／スタイリスト私物 パンプス 16,800円／SmackyGlam(SANYO SHOKAI) 〈ゆり〉イエローワンピ 15,540円／rich(arl.) ファーティペット 12,600円、ネックレス 3,990円／ともにレッセ・パッセ 〈南里〉グレードットワンピ 13,650円／Smork(Smork by Language原宿店) レーストレンカ 3,990円／MURUA ヘッドアクセ 6,195円／DelilaH ブレス 3,150円／DURAS ambient パンプス 23,100円／セブン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペコーポレーショ) 〈碧〉ミントワンピ 19,950円／アプワイザー・リッシェ 8連パールネックレス 7,140円／レストローズ ピアス／スタイリスト私物 〈りか〉グレー花柄ワンピ 23,100円／レッセ・パッセ カチューシャ 1,050円／井筒屋 ネックレス／スタイリスト私物 〈里香〉ピンク小花柄ワンピ 16,590円／DelilaH リボンベルト 3,675円／Rew de Rew カチューシャ 各2,940円／ヴァンテーヌ 〈梓〉ピンクワンピ 17,850円／Honey mi Honey カチューシャ 3,360円／Brownie bee ネックレス 6,195円／DelilaH パンプス 7,245円／BABY PURE(イーボル) タイツ／スタイリスト私物 〈絵麻〉ピンクワンピ 14,490円／Honey Bunch渋谷109店 ヘッドアクセ 6,195円／DelilaH ブレス 1,050円／井筒屋


Happy New
from 泉里香
HAPPY NEW YEAR
2010年はどんな年になるかな??
笑顔あふれる毎日をおくろうね♡
*Rika*
from 小泉梓
A HAPPY NEW YEAR
2010年♡みんなにとっても
梓にとっても素敵な一年に
なりますように……。Azusa
from 陸守絵麻
2010
明けましておめでとうございます!!
楽しい嬉しい出来事が
いっぱいありますように
ema
from 今井りか
Happy New Year
いつもありがとう!!
今年もRayとRicaをよろしくね
今井りか!

How to Make me Happy!

**規則正しい生活がやっぱり基本！**

すべては食から。3食ちゃんと食べて、休日も早起きしてます。落ち込むときはとことん落ちて、でも寝たらすっきり！



"一緒にいるだけでHAPPY そんな女性になれたらいいな"

とろけそうな笑顔にみんなトリコ！

# 葛岡碧

*Midori Kuzuoka*

PROFILE

くずおか・みどり●1984年1月30日生まれ。宮城県出身。O型。花王「エッセンシャル」のCMが放映中。テレビ出演やジュエリーブランド「Ridomy」を立ち上げるなど活躍中。ブログは（http://ameblo.jp/kuzuoka-midori/）。

## 求められるだけでなく自分らしさも出したい

2009年は平和だった（笑）。ちょっとものたりなかったけど、いろんなことを考えて満タンに充電したから新年はそのエネルギーを発散したいな。今までは周囲を気にしてセーブしてたものがすごく多かったから、これからは**自分らしく生きたい**なって。モデルとして発信する側としても**求められるだけでなくセルフプロデュース**じゃないけど、**自分を出したほうが洋服がよく見えたり**することもあるんですよね。

**自分に厳しく**ありたかったたし、今まで**仕事がイチバン**だったけれど、**プライベートを充実させたらそれが写真にも出る**んです。**深みのある人になりたい**って思いました。

**頑張ればいいってもんじゃない（笑）**。ちょっとの余裕も必要なんだなって。

ベリーダンスを始めたら体調がいいの。趣味のDJとゴルフも復活したいし、バイクの免許も取りたい！　でも理想は**一緒にいると楽しい笑顔が絶えない女性！**

➡グレーオフショルスエット 19,500円／291、白×黒ボーダータンク 7,500円／JET（ともにLA☆CELEB）デニムショートパンツ 12,600円／DURAS ambient　サングラス 3,045円／SBY渋谷109店

ふわっとした存在感と透明な白い肌は憧れ♥

# 今井りか

*Rica Imai*

PROFILE

いまい・りか●1984年2月29日生まれ。埼玉県出身。A型。サンケイスポーツで『りかりかのキラキラ予想』を連載中。2010年カレンダーが発売中。ブログ「RICA RICA time（http://ameblo.jp/imai-rica/）」も大人気！

How to Make me Happy!

**毎日お掃除をして忙しくてもお花を飾る**

「5分あればお掃除できる!」ずっと母親にいわれてきたんです。お花も前ほど枯れなくなり、いい気が流れてるのかな（笑）。



"ちゃんと自分の気持ちを伝えられる人になりたい"

## 09年は自分を振り返ってリセットできたと思う

今、**料理にハマってます**。料理してる時間って、仕事で忙しかった**自分の失った時間を埋めてくれる気がする**んですよね。だからすっごく楽しくて、毎日やってます（笑）。あと2009年はお休みをもらって**タイへ一人旅**しました。ずっと新しい仕事が手いっぱいで、**モデルの仕事に力を注げなかったときもあった**から、ちょっと自分を振り返ることができたかな。そしたらね、**やっぱりモデルの仕事が好きなんだ**って気づけたの。私の原点って何だろう？って。**今は初心に戻って一からやりたいなって思ってます。**

私、受け入れるのは得意っていわれるの（笑）。染まるっていうか……。これからは**自分の言葉で伝えられるように**受け身の部分を逆転させていきたい。もっと**創造力豊かな人になりたい**。アイデアもいっぱい出せるように。

でもモデルの前に女であって、女の前に人間！　だから**恋もしたい**なって思ってます。

➡白×ピンク配色コットンロングワンピ 15,750円／C.C.CROSS　コットンレースのカチューム 2,940円／LHS BLONDY（blondy）　2連バングル 1,260円／お世話やショートブーツ 5,985円／REZOY渋谷109店

Happy New Year

## スラリとのびたバービースタイルは羨望の的

# 三浦 葵

*Aoi Miura*

PROFILE

みうら・あおい●1990年１月15日生まれ。東京都出身。O型。TBS系「女神♥サーチ」(木曜 24時29分～) レギュラー出演中。モデルで妹の萌とのユニット、「三浦家」のファースト写真集＆DVDが絶賛発売中!



How to Make me Happy!

**落ち込んだときにはバスケのマンガを読む！**

葵はお風呂で読む。昔、バスケか仕事どっちを選ぶか悩んだの。そのときの気持ちを思い出すとまた頑張れるんだ。

“いろんな意味で素敵な大人の女性になりたいな”

➡黒カットソー 7,350円／JILL by JILLSTUART レオパード柄スカート 6,195円／DazzliN' ハット 4,725円／Barbie ショートブーツ 12,390円／pure soeur(イーボル) ネックレス／スタイリスト私物

**もうすぐハタチ！やりたいこともいっぱい**

2009年はレギュラー番組や妹とユニットを組んだり、バラエティ番組に出たりと挑戦の年でした。**まさか妹と組むとは思ってなかったけど(笑)**、三浦家に初めて家宝ができたかな。

今までの人生の中で一番いろんなものを得て、**妥協することも知りました。新年は笑顔でいたい！** 09年は達成感はあったけど必死だったから、頑張らなきゃ的な笑顔になっちゃって。**もうすぐハタチになるし、ちょっと大人の余裕のある笑顔を見せたい**なって。

プライベートでは**お酒を飲みに行ってみたい(笑)**。DJの役をやったときも、クラブに行ったことがないからどんな感じかわからなくて。回してるふうみたいな(笑)。

モデルとしては、今までは個性を尊重して頑張ってきたけど**個性よりも“らしさ”を大事にしていきたい**って思ってます。

ハタチになったら**もうちょっとハジけたいな(笑)**。また違った葵を見せたいと思ってます。

➘ベージュスエードジャケット 30,450円、小花柄ワンピ 14,490円／ともにSmork(Smork by Language原宿店) サッシュベルト 3,780円／SmackyGlam(SANYO SHOKAI)

## 誰からも愛される天真爛漫な笑顔が魅力☆

# 陸守絵麻

*Ema Rikumori*

PROFILE

りくもり・えま●1986年２月６日生まれ。福岡県出身。AB型。パチンコSANKYO「マクロス」のCMの、絵麻の出演に気づいた人も多いはず。公式サイト (http://www.jap.co.jp/ema/index.html) では画像や動画も配信！



How to Make me Happy!

**無理やガマンはしない 自分に正直でいること！**

力を抜いたり、散歩したり。友達と会ってお酒や食事をしたり、映画を観て感動したり……。心を豊かにすれば気持ちも上がる!

“モデルとして欲や存在感を出すことも大事なんだなって”

**気持ちが成長したぶん仕事への責任感が持てた**

仕事は毎日楽しくて、**それがいいのかどうかはわからないんだけど(笑)**。でも反省することもいっぱいある。プライベートではいろいろあったから、**新年は穏やかな気持ちで過ごせたらいいな**って思ってます。

仕事面では、**きりっとした表情でも笑顔でも力強さを感じるモデルになりたい**。写真に本来の性格やそのときの状態が伝わっちゃうことがあって、友達や周囲に教えてくれる人がいて気づいてる自分もいたんだけど、そこまで深く考えていなかったの。

気持ちを切り替えるということや、集中力も判断力もまだまだ不足。生きていく上でも、**信念とか強さが必要**だなって思って。

いいことも悪いことも充実してた1年があるから、**仕事への責任感が芽生えた**のかなって思うんです。好きな**モデルの仕事**を続けながら、**もしチャンスがあれば何にでも挑戦したい**と思ってます。欲も少し出していかないとねっ♪

最近、大人のつやっぽさが出てきたと評判！

# 紺野ゆり

*Yuri Konno*

PROFILE

こんの・ゆり●1987年2月12日生まれ。愛知県出身。B型。NTT docomo「SH-02B」のCMが放映中。フォンテーヌ「XXX LOVES CHANGE com」はインターネットサイトでcheck。ブログは（http://ameblo.jp/yuri-konno/）。



How to Make me Happy!

**心を許せる友達とガールズトーク!!!**

意外と悩み多きタイプなのでおしゃべりしてるときが幸せ♥定期的に友達に会ってないと元気出ない……（笑）。

**“モデルという仕事に専念して自分のスタイルを確立！”**

**モデルに専念することでぐんと視野が広がった**

大学卒業と同時にモデルに専念し、ゼロからのスタートじゃないけど**新たに気持ちを入れ替えて責任感を持てた1年でした。モデルの仕事に専念**するようになって仕事の幅が少し広がったし、**刺激的**でした。

モデルとしては**可愛めからクールめまでいろんなテイストを着こなして、自分というスタイルを持ちたい**なって思ってます。ビューティー企画もやってみたい。顔はメイクによって変わるから、新たな発見になりそう。あとは**CMやテレビにもちょっとずつ顔を出せるようにしたい**です。

趣味もいろいろ増やしていきたい。例えば**ゴルフを習い始めました！**　父がすごく上手で、一緒にできたら楽しいだろうなって思えて。だから最終目標は父とコースを回ること（笑）。今、ゴルフも頑張ってて すっごい楽しいんです！

**趣味も仕事も自分作りにつなげて、もっと成長したい**なって思ってます。

➡白コットンレースワンピ 14,490円／SHINE BE MODEL　ピアス 840円／井筒屋　ニーハイブーツ 13,440円／FLAG-J渋谷109店



誰とでも仲よくなれるRayのムードメーカー

# 小泉 梓

*Azusa Koizumi*

PROFILE

こいずみ・あずさ●1987年1月11日生まれ。千葉県出身。B型。NTT docomo「SH-02B」のCMが放映中。「VIDAL SASSON Styling Series」をはじめ、広告の仕事も多数。公式ブログ（http://ameblo.jp/koizumi-azusa/）も注目。



How to Make me Happy!

**歌うことが好きだからカラオケで気分上げる！**

例えばカラオケとか、同じものが好きな友達と一緒に楽しむこと。楽しい雰囲気の場にいると、気分も晴れてくるじゃない？

**将来的には、早くママになりたいんだけど（笑）**

2009年は本当にあっという間に過ぎちゃって1年が早かった～。いろんなことが大変だったのに、振り返ると**何もしないで終わっちゃった**って感じ。新年こそは**仕事もプライベートも、もっと深くちゃんと結果を残したい**。自分ではどうにもできないこともあるけど、ネガティブな気持ちでいるだけじゃダメだって思うから。

先日、**初めてCMの仕事を**して、**雑誌以外の仕事もやってみたい**って思った。好きな音楽に携わる仕事とかもできたらいいなって、まだまだ模索中ですが……（笑）。だから**2010年はもっと考えて、行動していきたいですね**。ちゃんと充実した年になるように。チャレンジ精神で、ひっきーは卒業！（笑）

でも**本当は早く結婚して早くママになると思ってたの**。まわりの友達もみんな早く結婚しちゃって幸せそうに家族の話をするから、共感できたら楽しいんだろうなって、私も早く仲間入りしたいっ!!理想はね（笑）。

**“自分からアクションを起こさなきゃダメだよね？”**

➡グレーUネックカットソー 4,725円、バングル 各2,625円／以上DURAS　黒ホールターコンビネゾン 14,700円、星柄スカーフ 3,780円／ともにSmackyGlam（SANYO SHOKAI）

Happy New Year

19page.

←リボン柄黒ワンピース 8,925円／[illegible] MODEL

ひだまりみたいな可愛さに人気急上昇中！

# 泉里香

*Rika Izumi*

PROFILE

いずみ・りか●1988年10月11日生まれ。京都府出身。A型。Ray専属モデル、タレントとして活躍中！　公式ブログ（http://blog.oricon.co.jp/izumirika/）、サンミュージック公式携帯サイト（http://sunmusic-mobile.com/）に注目！



“いい意味で余裕が出てきたから次は自分に磨きをかけます！”

## 新しいことにもどんどんチャレンジしていきたい

2008年の年末はドタバタしていたけど、**1年たって東京の生活もRayの仕事も安定してきました。**プレッシャーでパンパンじゃなく、ちょっと余裕も出てきたかなって。だから2010年は、**輝ける年にしたい(笑)。モデルとして認知されてちゃんと自分のカラーを出せるようになりたい**です。〝里香だから着こなせる〟って指名されるようになりたいし、洋服も自分らしさも表現できるようになりたい。**Rayをベースにして、仕事も広げていきたい**です。役者もやってみたいから。**プライベートでは新しいことをいっぱいしたい！**　今まで知らなかったこととか、旅行とか。春には大学4年生なので**卒業旅行**も計画中。

今までは理想や目標が高すぎたから、**理想よりも目標をちゃんと決めてそこに近づく努力**をしていきたいです。**新年は自分に磨きをかけるのが目標**かな。いるだけで場が華やぐような女性になりたいです。

How to Make me Happy!

**悲しいときはひたすら泣いてふっ切ります！**

泣いたことに疲れてふっ切れるの。私、けっこうネガティブだから誰かにほめられると安心して、頑張れるんだけどなぁ～(笑)。

---



“頑張った1年間をベースにステップアップしたい!!”

➡グレー×黒ボーダータートルカットソー 5,040円／DURAS　白×ゴールドリボン柄スカート 13,440円／Smork（Smork by Language原宿店）ファーベレー 4,095円／エゴイスト渋谷109店

キュートな瞳と明るいキャラが愛されてます

# 南里美希

*Miki Nanri*

PROFILE

なんり・みき●1988年９月20日生まれ。沖縄県出身。A型。Ray専属モデルを中心に活躍。テレビやラジオのゲスト出演、リポーターなどもこなす。オフィシャルブログ（http://ameblo.jp/mikinohappylife/）もcheck！

## ボディメイク的なことも積極的に始めました！

**モデルの仕事はRayが初めてだし、東京での一人暮らしも初めて。**2009年はすべてが初めての経験でした。最初は**ホームシックになって1カ月に1回沖縄に帰ってた**けど、今ではすっかり楽しくやってます(笑)。

仕事もみんなに一から十まで手とり足とり教えてもらいながら、やっと今では楽しめるようになりました。**自分でも地道に頑張った年。**頑張った分だけ充実してるなってやっと感じられるようになりました。いろんなガマンもしたし。そうやって積み上げたものをベースに**新年はさらにステップアップ**できるようにしたいなって思ってます。

**2010年の目標は大人の女性になりたい！**　落ちついててカッコいい、そんな女性に憧れます。そうなるためにも、**幼児体型じゃ女らしさが出ないので(笑)**、とりあえずダンススクールに通い始めました。あと、**ギターが弾けるようになりたい！**　弾けるようになったら絶対楽しいもん♪

How to Make me Happy!

**毎日湯船につかること！……フツーかぁ(笑)**

お風呂もそうだけど、食生活も夜はできるだけ自炊して常温の水を飲んだりしてます。あとはやっぱりダンス!!!

# 福袋発売!!

新年早々スペシャルな企画が実現♪
大人気ブランドがRayだけのために
超プレミアムな福袋を作ってくれました。
数量限定でALL通販！　即完売確実！
発売開始にソッコーアクセスして!!

撮影／河野望　●取材店リストは254ページにあります。



## シフォン&薄ジャケットで春気分
## Apuweiser-riche
アプワイザー・リッシェ

約 ¥65,000 相当

限定10袋

今季大ヒットのテーラードジャケットをはじめ、1点投入で即大人っぽくなれるアイテムがギュッと詰まった内容に。春までガッツリ着倒せるカラー&素材もうれしいポイントです♪

Apuweiser-riche アイテム一覧

ボリュームフリルがレディ度満点
**ティアードフリルツイン**

一枚は持っておきたい万能アウター
**黒テーラードジャケット**

リボンベルトはとりはずし可♪
**ふんわりAラインスカート**

さりげないストーンが上品
**キラキラベルト**

アプワイザー・リッシェプレス
佐々木絵里さん
どれも着回しが効くのが◎。またオフィスにもOKなデザインなので、プライベートではもちろん、お仕事スタイルにもオススメです。

〈福袋内容・アイテム一覧：右上から〉ベージュゴムベルト、黒テーラードジャケット、ピンクスカート、ピンク×白異素材ツイン　※ジャケット、スカート、ツインのサイズは、すべてMサイズで展開。

トレンド先どり!!
**使える福袋**

…ってすぐトレンドを先どりできる春気分満…なアイテムが大集合。中には春の新作入り…も！　この一袋があれば春おしゃれのス…ートダッシュもカンペキですっ♪



## ミルクカラーのリボンアイテムで彩る
## WILLSELECTION
ウィルセレクション

約 ¥60,000 相当

限定20袋

甘可愛いリボンアイテムが得意のウィルセレクション。店頭でも大人気で追加生産もかかったミルクカラーのものをIN♪　通常では福袋に入らないものばかりなので要チェック！

…アスタイルのアクセントに
**…ジューつきリボンゴム**

上品レースが女優の風格
**黒×ピンクワンピ**

フリルパイピングで可愛らしさたっぷり
**ノーカラージャケット**

さわやかなミントグリーンで春気分♪
**ニットカーデ**

大きな結び目がリボンモチーフ
**リボンベルト**

シフォンリボンがすそにぎゅっと凝縮
**ふんわり白スカート**

…ILLSELECTION アイテム一覧

ウィルセレクションプレス
池田晃子さん
ブランドモチーフのリボンがあしらわれた大HITアイテムを集めました。ワンピやスカートは合わせ方次第で今すぐでも使えます。

〈福袋内容　アイテム一覧：右上から〉ミントグリーンカーデ、黒×ピンクレース切り替えワンピ、…リボンベルト、ビジューつきグリーンヘアゴム、…シフォンスカート、ピンクジャケット…ヘアゴムとベルトは他カラーの…袋も用意(ヘアゴム…黒・ピンク・ラベンダー・ベージュ、ベルト…ブラウン・ベージュ・黒)






2010年1月1日AM10:00～受付開始!!

**通販ショッピングガイド**

この企画で紹介した福袋はすべてケータイ&パソコンから購入できます。左のアドレスから『Ray Select Shop』にアクセス！

問い合わせ先●マガシークお客様センター Info@magaseek.com (Eメールでお願いします) 受付時間／平日 9:30～17

※個数に限りがありますので、売り切れの際はご容赦ください。なお、12月29日～1月3日は年末年始のためお客様センターは休業になりま

アクセス方法
ケータイ、パソコンからアクセスOK！
http://ray.mseek.jp/

販売開始日時 1月1日(金) AM10:00～

注意事項……予約の受付、販売はマガシークが行います。商品購入の際、初めての方は事前に「マガシーク」のメンバー登録が必要です。詳しくはサイト内「ショッピングガイド」

限定
30袋

約
¥70,000
相当

春の新作アイテムが限定で2点入り

# LD prime

エルディー プライム

花柄シフォンチュニック&レースプリントスカートは、Ray福袋でしか手に入らない超プレミアな春の新作。他にも今買ってすぐ使えるロングダウンなど充実の内容に！




内容・右上から〉白ロングダウン、ブルータートルニット、花柄チュニック、黒レースプリントスカート、パールネックつきイエローツイン、タオル、シュシュ　※花柄チュニック、ルニット、ツインが他カラーの福袋（花柄チュニック→パー タートル→ベージュ、ツイン→ピンク）も用意。

LD primeプレス
関根舞さん



パステルカラーを中心にした春ものの小花柄チュニックやスカートが入った限定Happyバッグ。カラバリもあるのでチェックしてね♪

02
FUKUBUKURO

ココだけ特別♪
他では手に入らない



# Ray限定 アイテム入り福袋

この企画のためだけに作ったプレミアムなアイテム入り超豪華福袋。
店頭の福袋には入らないアクセやバッグなど小物系も充実！

スパンコールニットワンピが限定

# C.C.CROSS

シーシークロス

約
¥70,000
相当

クールめの辛口アイテムがお得意のC.C.CROSS。限定のワンピに加え、秋冬に大HITし即完売した、ショート丈にもなる多WAYコートがRayのためだけに復活！




限定
15袋

〈福袋内容・右から〉ベルトつきグレーボーダーワンピ、グレースパンコールニットワンピ、ベージュ多WAYコート、赤チェックワンピ、ボーイズデニム、ネックレス　※コートとワンピが他カラーの福袋(ベルトつきボーダーワンピ→赤、スパンコールワンピ→黒、多WAYコート→黒、チェックワンピ→緑)も用意。ボーイズデニムは24・25インチのサイズ展開。




C.C.CROSSプレス
大橋沙里さん



店頭でも入手困難なくまちゃんネックレスや、ボーイズなのに美シルエットに見せてくれるデニムなどRayのためだけに入れました♪

LITIRAプレス　中治明子さん



何といってもイチオシなのが福袋企画限定で作ったフリルのバッグ。ショップスタッフも買えない、超レアなアイテムなんです！




袋内容・右から〉グレーストール、黒×ピンク花柄シフォンワンピ、モカロングダウン、ピンクタートルニット、黒フバッグ、白ワンピ、白時計　※時計は他カラーの福袋（時計→ピンク・黒）も用意。

限定
10袋




約
¥70,000
相当

ボリュームフリル
バッグを特注★

# LITIRA

リティラ

ポップなアイテムが勢ぞろいのLITIRAはキュートなバッグを限定製作。A4サイズ対応なので使いやすさも抜群！　さらにAngel Heartとのコラボウォッチも入れちゃいます。

## 03 FUKUBUKURO

この1袋で即お出かけOK!

# 全身コーディネート完成福袋

冬のイチオシコーデをまるまるIN♪　これなら急なお出かけの予定が入っても、コーデに悩むことなくおしゃれを完成できます!




限定20袋

約¥70,000相当

1袋に2コーデ入りの一石二鳥袋!

## MILLION CARATS

ミリオンカラッツ

カッコ可愛いおしゃれを実現するMILLION CARATSの福袋は2コーデ入り。今すぐ使えるニットコートから春先までOKなロンTなど、活躍アイテムがぎっしり詰まってます!

MILLION CARATSプレス 児玉知子さん

上の組み合わせ以外にも何通りもCDできる内容にしました。ニットコートをJKに変えれば、冬→春スイッチの時期にも対応できます。

〈福袋内容・アイテム一覧：左から〉ニットデニムジャケット、ロンT、ブラウンニットコート、ネイビー花柄スカート、シフォン切り替えベアワンピ、チャームつきオリジナルバッグ、ピンクポーチバッグ　※ニットコート、花柄スカート、ポーチバッグが他カラーの福袋（ニットコート→グレー、花柄スカート→グレー、ポーチバッグ→黒）も用意。

MILLION CARATS アイテム一覧







限定10袋

約¥45,000相当

雨にも雪にも対応なレイングッズが充実

## Feroux

フェルウ

白ダウンにリボンつきワンピを合わせれば、真冬のキメデートにも!　天気の崩れやすい冬だからこそ、ハートプリントの傘&ラミネート加工のバッグでコーデを楽しんで♪

Ferouxプレ 野村奈穂さ

今季大HITしたダ が福袋に。また、ヒョウ柄に見える ト柄のストールも ーデのスパイスに せてみてくださ

〈福袋内容・アイ 一覧：左から〉フ つきフードとりは 白ダウン、ラミネ 加工ハート柄トー ッグ、ベルトつき トワンピ、ピンク ト柄傘、ハートレ ードストール

Feroux アイテム一覧




## 04 FUKUBUKURO

毎日重宝カクジツ!!!

# 鉄板アイテムたっぷり福袋

どっさり感は他と比べても群を抜いています!　もちろんトレンド指数もバッチリな欲張り福袋がココに実現。絶対買わなきゃ損!

主役級アイテムが怒濤の10点入りっ!

約¥70,000相当

限定30袋

## beberose

ベベローズ

絶妙な甘可愛デザイン&プチプラで人気急上昇中のbeberoseが大奮発!　新作の春ワンピやRayのためだけに追加生産したブラウスなど、特別感あふれるアイテムばかりです。

beberoseディレクター 上津原由貴奈さん

とにかく超お得なビックリ福袋。オススメは春の新作コットン白ワンピ。寒い日は上にダウンを合わせて。今すぐトレンド先どりです。




〈福袋内容・右上から〉黒×白ボーダータートルニット、白ロゴロンT、ピンクショートパンツ、ミントグリーンサテンチュニックワンピ、白コットンワンピ、黒レースキャミワンピ、チュチュつきスカート、白ドットブラウス、ピンクダウン、パールネックレス　※他カラーの福袋（ボーダーニット→ピンク、ロゴロンT→黒、サテンチュニックワンピ→パープル・ピンク、キャミワンピ→グレー、ドットブラウス→グレー、ダウン→ベージュ・黒、ネックレス→黒）も用意。

# 魅せる
## の魔法




**ッチ気分を盛り上げる**
**プレシャスなバッグにLOVE♥**

クラッチバッグ（13×33×5cm）68,250円、レザーブルゾン 134,400円、キャミソール 47,250円、デニム 31,500円／以上D&G（ドルチェ&ガッバーナジャパン）　ベアトップ／スタイリスト私物　デニムスタイルにも、リュクスなクラッチを合わせることでおしゃれニスタの称号をGET！



おしゃれ心をくすぐる
ロマフェミニンなリボン

## プレミアムな新作をお届け

# D&Gでリュクスなリボン

ラグジュアリーで、洗練されたデザインが人気のD&G。
新作クルーズは、〝大人可愛い〟をめざせるガーリーシックな
リボンつきの小物たちで登場。パーティーに合わせるのはもちろん
デイリー使いも楽しみたいラインナップです。

撮影／屋山和樹（BIEI・モデル）、瀧瀬徹（静物）　スタイリング／寄森久美子（CDC,Inc.）
ヘア&メイク／AYA（ラ・ドンナ）　モデル／シャウラ　撮影協力／EASE
●取材店リストは254ページにあります。
※財布、バッグのサイズは（タテ×ヨコ×マチcm）、靴のサイズはヒールの高さ（cm）ですべて編集部調べ

**ぎっしりリボンが華やかスパイスをON**

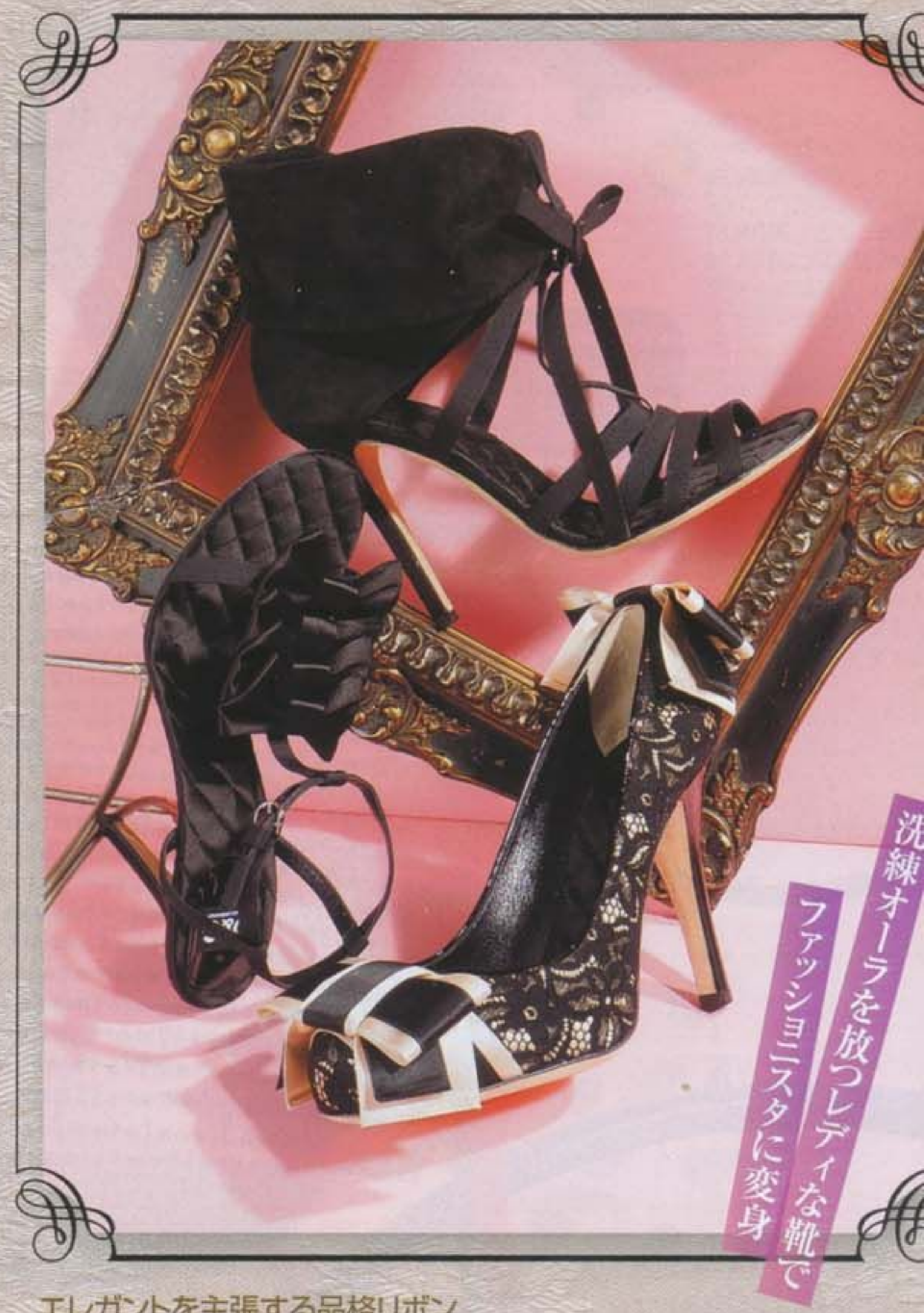
〈上から〉クラッチバッグ（13×33×5cm）68,250円、がま口フォルムのチェーンつきバッグ（16×27×11cm）100,800円／ともにD&G（ドルチェ&ガッバーナ ジャパン）　大人気分な着こなしをかなえるゴージャスバッグ。



才色兼備なリボン小物で
羨望のまなざしをGET

**クラス感たっぷりなミューズな小物**

〈上から〉ベルト 21,000円、財布 ゴールド（10×12cm）30,450円、財布 参考色（10×18cm）35,700円／以上D&G（ドルチェ&ガッバーナ ジャパン）　着こなしのアクセントになるリボンベルトと、シャイニーな光沢感がリッチに格上げにしてくれる財布。



洗練オーラを放つレディな靴で
ファッショニスタに変身

**エレガントを主張する品格リボン**

〈上から時計まわりに〉アンクルカバーサンダル（11cm）68,250円、レース×リボンパンプス（11cm）58,800円、リボンサンダル（9cm）58,800円／以上D&G（ドルチェ&ガッバーナ ジャパン）　クラシカルなシルエットが上品フェミニンを演出。細身フォルムで美脚もメイク。

注目のヒロインITEMをリサーチ

# MARC BY MARC JACOBS 春を彩る新作小物NEWS

パワフルな主役級の小物で人気のMARC BY MARC JACOBSから、春の新作NEWSが到着しました！　日本限定発売のアイテムから人気シリーズの新色まで、多彩なラインナップ。おしゃれマニアのハートを刺激する、モードなスパイス小物をお届けします。

撮影／瀧瀬徹　スタイリング／寄森久美子(CDC,Inc.)　●取材店リストは254ページにあります。※財布、バッグ、バンダナのサイズは(タテ×ヨコ×マチcm)ですべて編集部調べです。




News 01

## 「Looking back logo」を使った日本限定シリーズが新登場！

「marc by marc jacobs」の文字が左→右読みと、文字の裏返しの交互にプリントされたユニークなデザイン。小物のほか、パーカやTシャツの展開もあり。見逃せません！

、2バッグ(25×51×16cm)レッド、ホワイト 各19,
50円　コットンキャンバスがカジュアル。3財布
1×19×3cm) 19,950円　バイカラーのエナメルロ
プレートがアクセント。4コスメティックポーチ
1×14×6cm) 4,935円　光沢感がリッチに格上げ。
バンダナ(55×55cm) 1,890円　セレブを気どれるバ
ダナ。6シュシュ 3,045円　おしゃれ上級者なシ
シュ。／以上MARC BY MARC JACOBS(マークジェ
コブス カスタマーセンター)

## News 02

# 人気の「New Q」待望の新色は大人めブラック＆パープル

上質なレザー素材で、ストラップをつければカジュアルな装いにもなる「New Q」バッグシリーズ。大人な着こなしにもマッチするブラックとパープルは、おしゃれの格上げをお約束！



〈右から〉パープルレサ
ーバッグ（35×35×10cm
69,300円、ブラックレサ
ーバッグ（25×41×18cm
77,700円／ともにMAR
BY MARC JACOBS（マー
クジェイコブス カスタ
マーセンター）



〈上から〉財布（11×20×3cm）38,850円、キーポーチ（8×15×1cm）アニマル柄、ホワイト 各15,750円／以上MARC BY MARC JACOBS（マークジェイコブス カスタマーセンター）

## News 03

# ボールチャームつきの財布＆キーポーチが新登場！

ボールチャームがアクセントの財布＆キーポーチ。財布はポケットやカード入れが多いので整理整頓しやすく、機能性もバッチリ！上質でやわらかなレザー素材で高級感もアップ。



## News 04

# ハトモチーフがキュートな「PETAL to the METAL」に新色が仲間入り

胸キュン♥なハトメタルがついたイタリアンレザーのバッグのほか、キーポーチと財布が登場。バッグはゆったりとしたデザインで大きめサイズなので、デイリー使いに活躍しそう！



〈上から〉カーキ キーポーチ（8×15×1cm）13,650円、ベージュ ジップ式財布（10×19×1cm）34,650円、バッグ（23×36×14cm）61,950円／以上MARC BY MARC JACOBS（マークジェイコブス カスタマーセンター）



水玉ストール、ロゴス
トール 各6,825円／MA
RC BY MARC JACOBS（マ
ークジェイコブス カス
タマーセンター） やわ
らか素材で、肌ざわり
が心地いいアイテム。

## News 05

# 春顔なプリントストールがお目見え！

HAPPYな春の訪れを思わせる、ストールが新たにリリース。ロゴ入りと水玉模様の2種で、女のコのハートをぎゅっとつかむキュートなデザインに。バッグに巻きつけて使っても素敵♪

これがウワサのバウリンガルボイス

# 愛犬のきもちが分かるって楽しい！




## 鳴き声を分析して人間の言葉に同時通訳。

いま愛犬家のあいだで話題沸騰なのが「バウリンガルボイス」。なんと愛犬の鳴き声を声紋分析して音声で同時通訳してくれるから、「さまざまな場面で愛犬のきもちがよくわかる!」「愛犬同士の会話がわかるってすてき!」などなど大好評だそう。愛犬と暮らしているあなた、バウリンガルボイス体験の声を聞くと、これはもうきっと欲しくなりそうですね。

### うちのコとバウリンガル



岩田さん＆マロンちゃん（犬種：トイプードル）

**1 犬同士の会話に当たっている！とびっくり**

他のワンちゃんと一緒にいたときに「や～だよ!」って表示が出たので「当たってる」とびっくり。信頼できる!と思いましたね。散歩仲間にプレゼントしたら、散歩中の犬同士の会話も小耳にできるのでいいですね。



伊野さん＆ジェリーちゃん（犬種：ビーグル）

**2 微妙なニュアンスがわかりましたね**

表示されるコメントと自分で想像していたことはだいたい合っていましたが、バウリンガルボイスを使うと、より細かなニュアンスがわかっていいですね。よく鳴く犬なので何を言っているかもっと理解したいです。



岡部さん＆メイちゃん、モコちゃん（犬種：シーズ）

**3 娘からのプレゼントで毎日がグンと楽しく**

メイとモコは、私が外出して帰ってくると、すぐ２匹で私を取り合ってケンカしちゃうんです。バウリンガルボイスを外出する時にセットして、2匹がどんなきもちでお留守番してるか、探ってみたいですね。

### 鳴き声を6つの感情で解析し、音声で同時通訳



バウリンガルボイスの同時通訳機能は、音声音響科学の第一人者の鈴木松美博士が監修。膨大な音声データと声紋分析技術を応用し、犬の鳴き声を科学的に６つの感情に分けることができるのです。

| | | | |
|---|---|---|---|
| 自己表現 | 例「こっちみて～」「ねぇねぇ」 | 楽しい | 例「だ～いすき♥」「ワクワク♪」 |
| 要求 | 例「だっこして～♥」「おさんぽいこーよ☀」 | 悲しい | 例「え～ん」「もっと一緒にいたいな♥」 |
| 威嚇 | 例「かかってこい※」「ぷんぷん!」 | フラストレーション | 例「まったくもう!」「つまんないー!」 |

### 好評発売中！犬語通訳機「バウリンガルボイス」

犬の鳴き声を音声、文字、アニメーションで同時通訳する愛犬とのコミュニケーションツール。

希望小売価格／ 19,950円（税込） 専用ACアダプター（別売）／ 2,100円（税込）



全3色



# 新作Madison Collectionにひと目ボレ♥

即大人顔になれると大人気のマディソン コレクションがバージョンアップ！ 新たにキャリーオールが追加され、使い勝手はますます充実。さらにローズやアイボリーなど新色も加わり、春気分を盛り上げてくれます。

フェミニンなマディソンで
ひと足早く春気分

大人フェミニンがキーワードです♥

ローズとシグネチャーのMIX

収納力もバツグンなキャリーオール

使い勝手◎な2wayショルダー

大人狙いならグレーの型押し！

〈左上から〉"マディソン オプアート サティーン Sabrina"（15×30×11cm）63,000円、"マディソン レザー Hailey"（21×33×13cm）57,750円、"マディソン レザー キャリーオール"（26×39×10cm）75,600円、"マディソン エンボスド エキゾチック Maggie"（24×33×13cm）99,750円／以上コーチ（コーチ・カスタマーサービス・ジャパン）

バッグ"マディソン エンボスド エキゾチック キャリーオール"（26×39×10cm）110,250円、時計"Phoebe SS バングル"47,250円／ともにコーチ（コーチ・カスタマーサービス・ジャパン）　総レースワンピース 47,250円／forte-forte（URBAN RESEARCH 渋谷店）　カチューシャ 各1,365円／井筒屋　ベルト 10,500円／ソブ（フイルム）

# COACH everyday vol.48

今月のコーチはひと足早く春を先どるバッグをご紹介！ 女のコなら誰もがうっとりしちゃう
やさしい色合いとどんなコーデにも合わせやすいデザインにひと目ボレです。

撮影／曽根将樹（PEACE MONKEY・モデル分）、原口二朗（静物分）　スタイリング／渡邉恵子（KIND）　ヘア＆メイク／木部明美（PEACE MONKEY）
モデル／葛岡碧　[illegible]取り扱いリストは2[illegible]4ページにあります。※バッグのサイズは（タテ×ヨコ×マチcm）です。


溺愛Style
めざすのは ゆるくても 大人に見える 冬スタイル♥
from Rica
井りか
撮影/高野友也(PEACE MONKEY)
Rayモデル
南里美希
まだまだ リッチに見える ファーアウター が欲しいな
from Miki
撮影/高野友也(PEACE MONKEY)
モードな服も 甘めな女子服も バランスよく 着たい!
from Yuri
Rayモデル
紺野ゆり
撮影/高野友也(PEACE MONKEY)
この冬はレギンス 屋さんができる くらいレギンス 買いました!(笑)
from Karina
Rayモデル
香里奈
撮影/羽田徹(bisWa)
ANSWER
リアルトレンドまで総ざらい。出てきたアイテムやコーデは、
ルANSWERスタートです!
撮影/桑嶋まこと(M CREW)
大人モノトーン CDに小物で 遊び心を足すのが 気分です!
from Akina
タレント
南明奈
撮影/萩庭桂太
ユルめも甘めも 両方MIXした 着こなしが テーマです☆
from Aki
タレント
ほしのあき
撮影/曽根将樹(PEACE MONKEY)
どんな服も ひなのらしく ガーリーに 着こなします!
from Hinano
吉川ひなの
Part 02
おしゃれ有名人のマイブームを紹介
ファッショニスタ
冬のヘビロテ☆コーデ

Part 01

Rayモデル8人がおしゃれバトル！

# Rayモデルズ発！コレが私の

撮影／高野友也（PEACE MONKEY）










撮影／高野友也（PEACE MONKEY）

総力特集

# 冬の溺愛トレンド

Winter Trend

2009

# ファイナル

この冬のトレンド最終結論をファッショニス
さぁ、おしゃれの歳末決算です！ みんなが本当に着てる服&着たい服ばかり。最後まで目が離せない溺愛トレ




Part 03

街のリアルトレンドを追っかけ！

徹底リサーチ！

# 街のリアルBOOM大追跡

# 存在感大スタイルを発表！

年末のイベントシーズンを想定したスタイリングをお披露目。気合いを入れすぎてもNGだし、まわりとなじみすぎるのも……そんな女心を満足させるワザがズラリです。






**ざっくりニットとリボン柄なら黒ベースでもキュート♥**

グレーニットガウン 9,240円／DURAS　リボン刺しゅう入り黒Tシャツ 6,195円／SWORD FISH心斎橋OPA店　レースミニスカート 5,985円／Rew de Rew　黒かごバッグ 8,925円／LD prime　黒スタッズベルトつきブーツ 10,290円／R&E渋谷109店　ニットガウンはベルトつきだから大人っぽい着こなしもOK。

LOVELY STYLE

## ゆりは…

### 存在感大なファーコートを一点投入！

大学時代の友達と大人めバーの個室とかで盛り上がりたい！　そんなときは頑張りすぎてないけど一目おかれるCDが目標。INはカットソーで抜け感を演出しました。

**白×茶のフェミニン配色をコート1枚で実現**

オフ白×茶ファーつきダッフルコート 35,700円／Xmiss（エスシステム）　黒Vネックニットワンピ 8,190円／DURAS　茶ファーつきかごバッグ 14,700円／northcorner（Jolly Boutique）　茶ロングブーツ 33,390円　ダイアナ（ダイアナ　銀座本店）　かごバッグのファーともリンクさせて一層好感度をUP

LOVELY STYLE

## 香里奈は…

### ボリュームファーで黒CDに華やかさをプラス！

年末は仕事関係の忘年会も多数。とはいっても普段からおつき合いさせてもらってるスタッフだからドレッシーはNG。旬"黒"を効かせたリッチカジュアルが第1候補！

LOVELY STYLE

## 葵は…

### キメすぎないニットカーデがキモ！

さむーい冬は友達のおうちで鍋パーティーが定番。おうちに上がるから、ゆったりめのワンピースはマストです。でもリボンモチーフとかで女のコらしさも忘れません♥

LOVELY STYLE

## りかは…

### アウターが主役のシンプルCD

そで口のボリューミーなファーとダッフルデザインがお気に入り！　高校時代の友達とイタリアンで忘年会って約束してるからほめられそうなアウターを主役にCDしました。

**ゴージャスファーコートは冬の鉄板！**

ベージュヒョウ柄ファーコート 31,290円、黒サイドレースレギンス 4,095円／ともにDazzliN'　グレーロングTシャツ 5,775円／Spiral Girl　ゴールドピアス 1,575円／DURAS　黒スタッズつきバッグ 15,750円／ダイアナ（ダイアナ　銀座本店）　ゴールドメタリックパンプス 7,245円／pure soeur（イーボル）　ゴールドの小物でさらに存在感のあるコーデに。

**カジュアルなインナーCDをファーのボリュームで格上げ**

黒ファービットつきベスト 34,650円／AULA AILA（DraSTic）　グレービットつきベスト 9,975円、黒星柄ティアードスカート 7,875円／ともにSnarlextra　グレーロゴロングTシャツ 6,090円／SLY（バロックジャパンリミテッド）　パールロングネックレス 1,575円／井筒屋　シルバースパンコールバッグ 6,825円／DURAS ambient　ベージュスエードニーハイブーツ 27,090円／DURAS　黒×グレーで色みはモードだけど、小物で遊び心を加えたのがポイント。

# コレが私の溺愛Style

アイテム選びから、鉄板スタイリングまで見どころ満載でお届けします！

撮影／羽田徹（biswa.・香里奈分）、高野友也（PEACE MONKEY・モデル分）、石沢義人（静物）　スタイリング／樋口かほり（KIND）　ヘア&メイク／SHIO（香里奈分）、山下智子　モデル／香里奈、葛岡碧、今井りか、陸守絵麻、紺野ゆり、三浦葵、泉里香、南里美希　撮影協力／CARBOOTS、MOMA Design Store、TEDDY's Bigger Burgers、ショコラティエ原宿　●取材店リストは254ページにあります。

お題別コーデを発表！

# \イベントで可愛い！/とほめられまくり




**パンツスタイルだからピンクファーも甘すぎない！**

ピンクファーショート丈コート 10,290円、ヒョウ柄ウォレット 10,290円 ともにValentine's High新宿ルミネエスト店 ドット柄カットソー 5,145円 SHINE BE MODEL 黒スリムデニムパンツ 12,390円 rienda(バロックジャパンリミテッド) ハット9,975円 ナインバイフォー(ナイン バイ フォー ストア) 白パールネックレス 2,415円 井筒屋 黒ファーパンプス 19,950円 セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション)

LOVELY STYLE

## 南里は…

### あえてパンツCDで大人め意識！

スカートやワンピが多くなりがちだけど、マネージャーや事務所の先輩など目上の人との忘年会がひかえてるので、あえてパンツCDに挑戦。ファーコートで可愛らしさも忘れずに。

**上品コートからのぞかせるやんちゃな花柄に♥**

ベージュノーカラーコート 26,040円／Gabriel(DEARA&Gabriel) 黒カットソー 5,145円、ベージュファー帽子 4,095円／ともにエゴイスト渋谷109店 花柄スカート 5,985円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 黒クラッチバッグ 7,245円／titty & Co.新宿店 黒エナメルロングブーツ 39,900円／DURAS ambient ファー帽子でレディライクに。

LOVELY STYLE

## 里香は…

### 「アウターをぬいでも可愛い」ワンピ合わせ

アウターは一見コンサバなんだけど、ぬいだときにギャップをアピールできる大ぶりな花柄スカートが決め手。これで大学の友達宅でのホームパーティーに出陣する予定です！

LOVELY STYLE

## 絵麻は…

### 主役を引き立てるこじゃれモノトーンCD

年末はなぜか友達の誕生日会が多くて(笑)。主役を引き立てるモノトーンコーデが絵麻のルールだけど、ボーダーなら何げにモード感も主張。女らしさも大人っぽさも一石二鳥です！

**美人度高めなボーダーで"わき役でもお目立ち"を実現**

ボーダーニットカーデ 7,875円／rienda(バロックジャパンリミテッド) 白ビッグTシャツ 7,500円／Kid Dangerous(LA☆CELEB) デニムスカート 17,640円／Jacky's Tear(blondy) シルバーカチューシャ 2,100円／井筒屋 黒ストール 3,675円／SWORD FISH心斎橋OPA店 白クラッチバッグ 6,195円／LD prime 黒レーストレンカ 3,990円／MURUA リボンつきネイビーパンプス 11,340円／RODEO CROWNS(バロックジャパンリミテッド) 白パールネックレス／スタイリスト私物 フェミニンな小物合わせもポイント。

LOVELY STYLE

## 碧は…

### レザー×レースで女子らしいヴィンテージに

女友達数人でイタリアンやこじゃれ系のレストランで女子会するのが、年末の楽しみ☆そんなときこそおしゃれも女のコらしさも欲しいから、レザーとレースは最強の組み合わせ。

**レースワンピは茶系合わせで上品にクラスアップ！**

茶ライダースジャケット 6,195円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 白レースワンピ 14,700円／ビバユー ヒョウ柄ストール 3,990円／LD prime フリンジバッグ 6,090円／SmackyGlam(SANYO SHOKAI) ブーツ 10,290円／ESPERANZA 渋谷109店

冬の溺愛トレンド 2009ファイナル ANSWER Part 01

## モデルBOOMの最新トレンドを発表！

# Rayモデルズ発

いよいよ2009年も残りわずか！ そこで師走の忙しいときでもおしゃれ魂を忘れないRayモデルたちのブームを総決算。ヒロインになれちゃ

ーディネート

# CD㊙テクをこっそり伝授

冬は着ぶくれをどう克服するかも課題のひとつ。着やせを熟知したRayモデルが、スタイルアップはもちろん、自分に似合う＝美人に見えるCDテクを教えてくれました！





**シンプルだけど存在感がある大きめブロックチェックが狙い目**

チェック柄ウールコート 29,400円、黒レースミニスカート 5,985円／ともにRew de Rew 黒タートルニット 2,940円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 白バーキン風バッグ 11,340円／DURAS パープルパンプス 9,975円／ピバユー タイツ／スタイリスト私物 ブロックチェックとビッグボタンでレトロ度も加速。

**洗練されたレトロCDはハイウエストでメイク**

白ノーカラージャケット 16,800円／レストローズ ネイビータートル(ブローチつき) 5,985円／MERCURYDUO チェック柄ハイウエストスカート 6,195円／titty & Co.新宿店 キルティングチェーンバッグ 8,295円／DazzliN' 茶ニーハイブーツ 45,150円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション) 定番タートルニットでネイビーをとり入れるだけでいつもと違うおしゃれ感が出る！

**レディなアクセで彩るマニッシュCD**

黒ジャケット 26,040円、白リブキャミ 9,345円、黒キュロット 13,440円／以上LHS BLONDY(blondy) 白パールロングネックレス 1,575円／井筒屋 ツイードリボン型バッグ 8,295円／エゴイスト渋谷109店 黒リボンつきパンプス 23,100円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション) タイツ／スタイリスト私物 ちょっぴりすそが広がったタイプのキュロットだからさらに脚をほっそり見せてくれます。

**お目立ちオレンジでシルエットをキープ！**

オレンジコート 28,140円／LITIRA ボーダータンク 7,500円／JET(LA☆CELEB) 白シンプルタンク 2,625円／moussy(バロックジャパンリミテッド) 白フリルスカート 7,245円／Snarlextra 黒シャイニーレギンス 4,200円／17℃ by Blondollルミネ北千住店 ベレー帽 3,675円／Jel'emets solo(バロックジャパンリミテッド) 黒チェーンバッグ 参考商品／ROJITA渋谷109店 黒エナメルパンプス 7,245円／R&E渋谷109店

LOVELY STYLE

## 葵は…

**コートをワンピ風に せてドーリースタイルに**

チェック柄がお目立ちなコートは黒タイツでドーリーに仕上げるのが葵流。すそをちょびり見せるだけで、断然今っぽくなるからレーススカート合わせもオススメです！

LOVELY STYLE

## ゆりは…

**フレヤースカートにINしてきゃしゃウエストを実現！**

この冬はワンピースよりも断然スカートCDが多かったな。フレヤースカートは美脚効果もあるから好き。トップスをINして、ちょっぴりお嬢なレトロコーデをめざします。

LOVELY STYLE

## りかは…

**ジャケット×ショーパンでコンパクトなモノトーンに**

今季は全身ブラックな気分。コンパクトに見えるよう、ショーパンのセットアップを選びました。パールやチェーンバッグのフェミニン小物合わせで、心身ともに大人な感じ(笑)?

LOVELY STYLE

## 香里奈は…

**お目立ちカラーコートですっきりラインを実現！**

存在感のあるオレンジで、ラインをはっきり見せるのがポイント。全体を大人めに仕上げたいから、やっぱり合わせはモノトーンでしょ。ベレー帽で何げに小顔効果も期待☆

# スタイルよく見える！と冬でも着やせな美人




**黒×赤で可愛いだけじゃないワンピCDの完成**

黒ファージャケット 24,150円／ビバユー　白コットンレースワンピ 9,345円／titty & Co. 新宿店　チェック柄ベルト 3,675円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店　ベージュリボン型バッグ 5,250円／la Bala（SANYO SHOKAI）　赤ウエスタン風ブーツ 9,345円／FLAG-J 渋谷109店

**モノトーンとパステルのモードな組み合わせ**

イエローニットワンピ 14,490円／Bitten Apple（blondy）　黒サテンリボンカチューシャ 1,365円／井筒屋　チェック柄マフラー 4,410円／DURAS　黒ビッグストーンつきクラッチバッグ 9,345円／Rew de Rew　黒ロングブーツ 14,490円／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）　モノトーンで引き締めればパステルニットもこんなにスタイリッシュ。可愛め小物も活躍させて。

**ベレー帽でさらに品のよさをアピール！**

モヘアニットカーデ 20,790円／LHS BLONDY（blondy）　ベアトップにした白レーススカート 9,345円／Xmiss（エスシステム）　ボーイズデニムパンツ 17,640円／RODEO CROWNS（バロックジャパンリミテッド）　ベレー帽 4,830円／ファインクオリティハット（HEADSTAR）　チェーンバッグ 9,345円／Joias　ピンクパンプス 13,440円／rienda（バロックジャパンリミテッド）　やさしいピンクのモヘアニットはボーイズデニムとの相性ばっちり。

**ドット柄で女のコらしさ ひそませたファースタイ**

ベージュノーカラーロングファート 51,450円／Gabriel（DEARA&G riel）　ドット柄ベアワンピ 6,195 min plume（プリュム・ジャパン）　サテンスキニーパンツ 7,245円／S al Girl　黒ベルト 5,460円／SLY ロックジャパンリミテッド）　ゴー ピアス 1,575円／DURAS　ヒョ リボンバッグ 8,295円／SmackyG （SANYO SHOKAI）　黒パンプス 45円／R&E 渋谷109店

LOVELY STYLE

## 絵麻は…

### チェック柄ベルトでウエストマークを強調

ウエストマークは常識だけど、柄ベルトで遊び心も美ボディも欲ばるのが絵麻流です。ファージャケットとワンピースのモノトーンCDに赤の差し色でロンドンガール気分♪

LOVELY STYLE

## 南里は…

### チェック柄マフラーで視線を上めに設定

これは顔まわりにボリュームを持ってきてスタイルよく見せるテク。今季は特にチェック柄が気になってるから大判マフラーでトライしたよ。パステルニットで女のコらしさを

LOVELY STYLE

## 里香は…

### ふんわりトップスとロールアップで抜け感CD

ボーイズデニムも、足首を強調するロールアップ＋ヒールパンプスなら女らしく見えるんだよ！　トップスはさらに女子力アップなティアードトップスでふんわり感を強調しました。

LOVELY STYLE

## 碧は…

### ボリュームファーと細身スキニーのギャップがキ

ファーコートにボリュームがある分、INはスキニーパンツでタイトに。Iライン効果でイイ女度も底上げ。太ベルトでウエストマークしてプチお呼ばれにも対応可能なコーデに変身！

# の溺愛アイテムを発表！

たっくさんあるトレンドアイテムの中でも、Rayモデルが愛してやまないものだけをピックアップ。まだ店頭に残っているかもしれないから、追加アイテムとして急いでチェックしましょ！




ティアード
ワンピース

はマスターしたい
ースとの相思相愛なCD

ゾンは着回し。白レースティアー
ンピ15,750円／MERCURYDUO
ングラス 5,145円／ROYAL PA
／ダルメシアン柄ハット 12,600円
EADSTAR　ショルダーバッグ
00円／Jack Rabbit（LA☆CELE
ウエスタンブーツ 12,390円／
e soeur（イーボル）



## ×ボーダーワンピース

ボーダーならカーキJKもリフレッシュ

ブルゾンは着回し。ボーダータートルワンピ5,040円／DURAS　黒トレンカ 1,890円／Brownie bee　黒ストーンチェーンバッグ 6,825円／DURAS ambient　赤パンプス 6,195円／FLAG-J渋谷109店



## ×ダメージデニムショーパン

クラッシュデニムで
絶妙なヴィンテージ感を

ブルゾンは着回し。黒Tシャツ 4,725円、グレー×黒ボーダーマフラー 4,410円／ともにDURAS　デニムショーパン 12,600円／DURAS ambient　黒スタッズつき2WAYバッグ 10,290円／Jel'emets solo（バロックジャパンリミテッド）

ビッグなえりと大きめボタンが、メンズすぎなくて可愛い♥　甘辛コーデもモードなコーデもお手のものです。




→カーキダブルボタンブルゾン 16,590円／SLY（バロックジャパンリミテッド）

*Best Item*

着回しがきく
## SLYのカーキジャケット

この冬はちょっぴりロック意識！

# 香里奈が選ぶ Best Item

CDのスパイスになるスタッズや中折れハットもGETしたという香里奈。ミニスカやちょこっとフリルつきみたいな女子ディテールを足すのが今っぽい甘辛バランスみたい！



毛足長めのファーベストはロングワンピとの相性◎。一点投入するだけでCDに「きちんと」感が生まれるよね。

←ミックスファーベスト 26,250円／Snarlextra　黒フレヤーマキシ丈ワンピ 8,295円／Spiral Girl

*Best Item*

即リュクスなCDになれる
## Snarlextraのファーベスト

↘ピンクライダースジャケット 23,940円、ピンクニーハイブーツ 19,940円、ピンクスタッズつきリボンベルト 4,095円／以上ROYAL PARTY

*Best Item*

旬80's もお手のもの
## ROYAL PARTYのホットピンクアイテム




ROYAL PARTYは存在感ある色使いやデザインが好き♥　特にこのレザーJK、やわらかくて着やすいんだよ。



中折れ帽で差し色プラスっておしゃれに見えるよね。赤は冬のモノトーンCDにも映えるから重宝してます！

*Best Item*

きかせアイテムになる
## 赤いハット

↗赤×黒リボンつきハット 5,775円／ビバユー　白ツイード風ジャケット 15,750円、ボーダートップス 7,875円／ともにMERCURYDUO



→赤キャスケット 4,095円／エゴイスト渋谷109店「この形もお気に入りです♪」

A AILAのデニム
ャツってやりすぎ
いのに、クラッシ
かが本物って感じ
愛いんだ♥



黒チェック柄
16,800円、イ
ゴボーイズデ
ンツ 22,050円
にAULA AIL
aSTic）

*Best Item*

ロックな気分のときに◎な
## AULA AILAのボーイズアイテム

ほかではなかなか見ないデザインにひと目ぼれ。甘めワンピスタイルのはずし小物として、はきまくる予定です。

*Best Item*

靴からCDを考えます！
## Snarlextraのひとクセブーツ

→こげ茶ファーつきスエードブーツ 19,950円、黒ジップ使いブーツ 17,850円／ともにSnarlextra



Rayⓜをパパラッチ!! 今季のおしゃれはコレがなきゃ! 真冬



→グレーニットワンピ 6,300円／Barbie

Best Item

## 着回しのきく Barbieのオフショルニット

レイヤードも1枚でもOKなニットワンピは頼れるアイテム。ほどよくゆるいシルエットが選びのポイントです。



×シャツワンピース

シャツワンピースをINして大人なレイヤードを!

ニットワンピースは着回し。白シャツワンピ（グレーベストつき）9,345円／ValenTine's High新宿ルミネエスト店　ボーダーレギンス 3,990円／DURAS　グレーベレー帽 2,940円／お世話や　パープルチェーンバッグ 10,500円／SLY（バロックジャパンリミテッド） 黒パンプス 4,725円／minimy（SBY渋谷109店）



×レオパード柄コート

ゴージャスファーコートをはおって一気にグラマラス!

ニットワンピは着回し。ヒョウ柄ファーコート 9,975円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店　黒クラッチバッグ 9,345円／DazzlIN'　シルバーフープピアス／スタイリスト私物



×フリルショーパン

ニットのすそからフリルショーパンを見せてキュートに!

ニットワンピは着回し。オフ白レースショーパン 5,145円／min plume（プリュム・ジャパン）　チェック柄マフラー 3,045円／お世話や　キャメルバッグ 54,600円／LHS BLONDY（blondy）　茶ムートンブーツ 6,195円／FLAG-J渋谷109店

女らしいカジュアルが冬の鉄板!

# 葛岡碧が選ぶ Best Item

モノトーンにチェック柄やパステルカラーでカジュアル感を足していくのが最近の碧スタイル。でもラインをきれいに見せるとか、抜け感を作るとか女度を上げるのも忘れません。

マニッシュな黒ハットが今季一番の鉄板小物☆　オフィスっぽくなりがちなシャツスタイルだって一気にモード。



→黒中折れハット 4,830円／C.C.CROSS

Best Item

## フォーマルなときも使える C.C.CROSSの中折れハット



Best Item

## 即旬になれる DEARAのナポレオン風ジャケット

やりすぎないけど、ナポレオン風っていうのがお気に入り。フォーマルなシーンにも使えそうだしね。

→黒レザーナポレオンジャケット 26,250円／DEARA（DEARA&Gabriel）　白リブタートルニット 4,095円／min plume（プリュム・ジャパン）　ブリーチデニムミニスカート 17,640円／Jacky's Tear（blondy）　千鳥格子柄マフラー 3,045円／DazzlIN'　パープルクラッチバッグ 8,190円／DURAS　タイツ／スタイリスト私物







↙ベビーピンクスエットワンピ 6,825円／DURAS ambient　黒レースミニスカート 7,245円／DazzlIN'　黒×白ボーダーマフラー 3,675円／SBY渋谷109店　黒ニーハイブーツ 価格未定／FLAG-J渋谷109店

↑（上から）ピンクシフォンブラウス 8,925円、ピンクカシミヤカーデ 16,800円／ともにDURAS ambient

Best Item

## モノトーンCDにプラスした DURAS ambientのベビーピンク服

あわ〜いピンクの服って大人可愛いの代名詞。DURAS ambientのベビーピンクはほんとにツボな色なの♥

レッセだからこそ、ダウンジャケットもこんなに上品に仕上がるんだ〜と納得の逸品。流行りのレース柄も◎。



←オフ白総レース柄ファーつきダウンジャケット 31,500円／レッセ・パッセ

Best Item

## この冬はフェミニンな気分! LAISSÉ PASSÉのレース柄ダウン



↘スパンコールロゴ入りパイピングロングTシャツワンピ 6,930円、黒スパンコールスカート&トレンカセット 4,830円／ともにC.C.CROSS

Best Item

## スパイス投入の C.C.CROSSのキラキラ服

80's旋風だった今季はC.C.CROSSを大量購入♥　シンプルなデザインにキラキラっていうのがツボです。

ゆる〜いカジュアルで好感度大！

# 今井りか が選ぶ Best Item

りかのお得意は女のコがほれる女のコらしさ。この冬は甘さひかえめで、やさしいニュアンスのあるアイテム選びが光ってます。大人可愛いブランドリストもお手本にして。





Best Item
大人可愛い♥
## blondyのジャンパースカート

blondyのミニSKって私の体型にぴったりなんだ。今季はこのジャンパースカートを大人めに着こなすのが目標。

←黒ジャンパースカート 22,890円／ALL GROWN UP(blondy) 黒×白ボーダーカットソー 5,775円／DURAS グレーニットネックウォーマー 8,925円／Jolly Days（Jolly Boutique）赤ショルダーバッグ 7,245円／ROJITA渋谷109店 赤エナメルパンプス 5,145円／minimy(SBY渋谷109店) タイツ／スタイリスト私物

Best Item
1アイテムで上品な印象に！
## richのツイードバッグ



→ピンク系ツイードバッグ 13,650円／rich(arl.) ローゲージニットワンピ 8,295円／SHINE BE MODEL 茶ビーズカチューム 1,365円／お世話や

ママのおさがりみたいなレトロな形がお気に入り！ richの冬バッグって素材感があって可愛いんだよ♥



Best Item
こなれた雰囲気になれる
## JILL by JILLSTUARTのニットポンチョ

ひらっとしたすそのデザインやゆったりラインが今の気分。上品なグレーも選びのポイントでした！

→グレーニットポンチョ 9,450円／JILL by JILLSTUART 白レースショーパン 6,825円／ROJITA渋谷109店 パープルバッグ 3,045円／SBY渋谷109店 黒リボンつきロングブーツ 29,190円／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

モテカジCDの代表選手

# 陸守絵麻 が選ぶ Best Item

旬カジュアルを親近感あるモテスタイルにシフトさせるのが上手な絵麻。そんな彼女ならではの冬イチアウターはムートンライダースに決定。合わせやすさも保証ずみです！

**I** やさしいモヘアピンクで愛されスタイルに磨きをかけて

ライダースは着回し。ピンクモヘアニット 9,975円／ローズブリット(オンワード樫山) デニンス 4,515円／17℃ by Blondollルミネ北千住店 チェック柄マフラー 1,260円／Brownie bee 花柄チェーンバッグ 3,822円／SBY渋谷109店 ピンクパンプス 22,050円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション)

**II** キャメルと黒も意外と相性いいと新発見！

ライダースは着回し。黒レースチュニックブラウス 8,295円／SHINE BE MODEL デニムショーパン 14,490円／MURUA レオパード柄チェーンバッグ 18,900円／DECOBA(エスシステム) 黒ウエスタンブーツ13,440円／BABY PURE(イーボル)

**III** どんな柄ともマッチするから重宝します☆

ライダースは着回し。ネイビー花柄ロンパース 6,825円／SHINE BE MODEL 白カットソー 4,095円／DazzliN' ベージュレースアップブーツ 18,900円／Brownie bee



III ×花柄ロンパース



II ×デニムショーパン



I ×ピンクニット

絵麻のワードローブって甘めが多いからキャメルは合わせやすいの。ジャストなサイズ感もお気に入りだよ。

Best Item
旬をつめこんだ
## titty & Co.のムートンライダースジャケット



↗キャメルムートンライダース 16,590円／titty & Co.新宿店

セレブカジュアル化が進行中！

# 三浦葵 が選ぶ Best Item

dayⓔの中でも特にスラッとした体型の葵。だからこそキメ服よりも遊び心のあるアイテムで抜け感をつくるのがポリシー。冬はアニマル柄やペタンコブーツにもご執心。



Best Item
人と差をつけたいなら
## Kettle Blackのムートンブーツ



トンブーツもこのディテールがあるが欲しくて。ぜいなフリンジで足元チの完成です。

↖フリンジムートンブーツ 49,500円／Kettle Black(LA☆CELEB) 黒かぎ針編みレースワンピ 12,600円／BBD(DRWCYS) ベージュニットベレー帽 2,940円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店

フードがついてるからボリューミーに巻いても、もちろんかぶってもOK。愛されアイテムの代表です。

↓チェック柄フードつきマフラー 5,775円／Barbie カーデ 12,600円、パールつきニット 10,500円／ともにGabriel(DEARA&Gabriel) 黒レギンス 3,675円／17℃ by Blondollルミネ北千住店



Best Item
2wayも3wayもお手のもの！
## Barbieのフードつきマフラー



Best Item
さらっとはおって女度UPな
## MURUAのダルメ柄コート

今季はダルメシアン柄がジャスト！ サラッとはおれる毛足短めのコートだから春先まで着たおしちゃおっと。

↖ダルメシアン柄コート 18,690円／MURUA 黒ロゴトップス 4,410円／Spiral Girl デニムミニスカート 17,640円／Jacky's Tear(blondy) 黒レギンス 1,680円／17℃ by Blondollルミネ北千住店 ゴールドクラッチバッグ5,985円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 ピンクサテンパンプス 8,295円／BABY PURE(イーボル)

どんな服でもおしゃれに着こなす！

# 紺野ゆり が選ぶ Best Item

この秋冬、ゆりはハットやファーコートなど、ゴージャスなアイテムを多数購入の模様。だからこそインナーはシンプルでなおかつどんなテイストに転べるものが狙い目みたい。



←黒コットンワンピース 22,050円／アルバロ―ザ(アルバローザ ジャパン)

Best Item
着回しのきく
## ALBA ROSAのコットンワンピース

フロントの開閉が自由で、はおりでもワンピでもOKなところがおりこう！ モデル仲間でもかぶり率高めです。



Ⅰ ×ダメージデニムパンツ



Ⅱ ×ウールコート



Ⅲ ×花柄ワンピース

**Ⅰ ダメージデニムなら ワンピもクール顔に！**

ワンピースは着回し。グレーニットベスト 11,550円／Snarlextra クラッシュデニムパンツ 17,640円／RODEO CROWNS(バロックジャパンリミテッド) シルバーリボンつきクラッチバッグ 9,870円／SmackyGlam(SANYO SHOKAI) ネイビーパンプス 7,875円／SWORD FISH心斎橋OPA店

**Ⅱ モテコートをはおれば ガーリーOPに早変わり**

ワンピースは着回し。ベージュアンゴラコート 24,150円／Rew de Rew チェーンバッグ 5,985円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 黒ロングブーツ 11,340円／REZOY渋谷109店

**Ⅲ ワンピONワンピで新鮮レイヤード！**

ワンピースは着回し。黒小花柄ワンピース 8,925円／MERCURYDUO 白中折れハット 3,465円／Rew de Rew ネイビークラッチバッグ 8,295円／SWORD FISH心斎橋OPA店 タイツ／スタイリスト私物

Best Item
びっくりプライスのセットもの！
## ValenTine's Highの3点セット



きちんと単品として使えるのにこのプライスはすごい！ 赤×黒のドット柄ワンピースで気分はミニーちゃん!?

←ドット柄ワンピ＆黒タートル＆チェーンバッグセット 10,290円／ValenTine's High新宿ルミネエスト店 黒レースアップファーつきショート丈ブーツ 8,295円／ESPERANZA渋谷109店 タイツ／スタイリスト私物





中はこれを着たよ

キラキラものは下品にならないように地味色を選ぶのがマイルール。コーデになってるアイテムって楽だよね♥

Best Item
80'sが即完成する
## SmackyGlamのキラキラ2点セット

←黒ニットワンピース＆黒スパンコールノースリワンピースセット 15,750円／SmackyGlam(SANYO SHOKAI) 黒×ゴールドチェーンコンビベルト 4,200円／Barbie 白中折れハット 5,145円／SWORD FISH心斎橋OPA店



←グレーニーハイブーツ 15,540円／BABY PURE(イーボル) 黒×白ミックスニットオフショルワンピ 11,340円／LITIRA 黒キルティングチェーンバッグ 8,295円／DazzliN'

レディライクなコーデがお得意！

# 泉里香 が選ぶ Best Item

女らしいアイテム選びは里香におまかせ。ニスタイルが多いけど、その振り幅もさままで、おしゃれに貪欲なのがわかります。季はマニッシュな黒CDが多かったみたい。

Best Item
CDのバリエが広がる
## BABY PUREのグレーニーハイブーツ



スエード素材だからリッチに見える☆ 合わせやすい中間色や折り返してもOKな使い勝手にひと目ボレです。

Ray㋲イチのおしゃれtryガール

# 南里美希 が選ぶ Best Item

いろんなテイストの服を着てみたいという南里ちゃんはこの冬ちょっぴりミーハーなモードに挑戦中。ボーダーをモードに見せるテクやシックな花柄の差しこみ方をマネしてね。



↑オフ白ファー半そでボレロカーデ 19,950円／ローズブリット(オンワード樫山)

Best Item
ふわふわが可愛い
## rosebulletのファーボレロ

ふわふわの毛足や小さめのサイズがお気に入り！ ボーダーや花柄の差し込み方でいろんなCDに活用したいな。



Ⅰ ×花柄ミニスカート



Ⅱ ×ボーダーニット



Ⅲ ×チェック柄ワンピース

**Ⅰ シックな花柄は ファーボレロで 軽快CDに早変わり**

ファーボレロは着回し。黒リブニット 4,200円／Barbie ローズ柄ペロアスカート 6,195円／titty & Co.新宿店 ゴールドリボンつきクラッチバッグ 6,930円／LD prime 黒ニーハイブーツ 45,150円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション)

**Ⅱ フェミニンボレロと デニムの甘辛バランス**

ファーボレロは着回し。ボーダータートルカットソー 5,250円、黒デニムスカート 11,550円／ともにMERCURYDUO リボンクラッチバッグ 17,850円／SANTI(DRWCYS) 黒スエードニーハイブーツ 11,340円／R&E渋谷109店

**Ⅲ やんちゃなチェック柄に ボレロで大人味プラス**

ファーボレロは着回し。赤チェック柄ワンピ 17,640円／LHS BLONDY(blondy) 黒スタッズつきレギンス 1,995円／エゴイスト渋谷109店 黒クラッチバッグ 8,925円／Rew de Rew 黒パンプス 7,245円／R&E渋谷109店

おしゃれポテンシャルの高さはNo.1!

# 吉川ひなの

**Profile**

よしかわ・ひなの●1979年12月21日生まれ、東京都出身。おしゃれのカリスマ的存在でファッション誌やバラエティ番組で大人気！ TBS系『サンデー・ジャポン』、フジテレビ系『ホンネの殿堂』に出演。Webマガジン『puppine』(http://mag-puppine.com)内のブログも話題。



Hinano's Coordinate

## ヒョウ柄ひらミニスカート × 黒のニーハイブーツ

「ティアードのミニスカートはスタイリングに欠かせない存在で、ニーハイとの組み合わせは冬の鉄板！ レザージャケットでちょっぴりロックに仕上げて今っぽさをプラスして。」

黒レザー&ヒョウ柄で王道コーデを旬にアレンジ

←スタッズつきレザーブルゾン 81,900円、プリントTシャツ 7,245円、ヒョウ柄シフォンスカート 25,200円、ニーハイブーツ 29,400円／以上NINE(NINE 青山) ベレー帽 4,200円／ジーシー(グランカスケードインク) 黒ハートネックレス 28,350円／アガット 「このまま、映画を観に行きたい格好。脚にかけられる大判ストールがあれば、カンペキ♪」

### 冬のヘビロテ小物はコレ!



**ベレー帽**

↗アニマル柄ベレー帽 49,350円／PHILIP TRACY(エイトミリオン 銀座GATES店)

ゴマアザラシみたいな柄が超カワイイ♥



**Maxiのコラボジュエリー**

ハワイアンジュエリーとコラボでデザインした自信作!

←ゴールドハートネックレス 33,600円、クロス×黄パールネックレス 40,950円、ハート×ピンクパールブレスレット 33,600円、クロス×黄パールピアス 44,100円／以上Maxi 「ハワイアンジュエリーで、淡水パールを使ったところがポイント」



もうすでに数えきれないくらい持っているけどまだ欲しい!

**ニーハイブーツ**

→黒の折り返しニーハイブーツ 70,350円／UNSQUEAKY 「ヒールの太さや高さ、素材感などちょっとした違いを楽しんでます」

### Hinano's Fashion Talk

ファーアウターはコートとして着たいから、ボレロより断然ロング丈。ワンピのすそが少し見えるくらいの長さがちょうどいい。白のレースワンピは大好きで、365枚くらい持ってます（笑)。レザージャケットを合わせたり、冬でもガンガン着てますね。春の展示会でもレースものを大量オーダーしてて、大変なことになりそう……。ニーハイブーツは、茶・黒・グレーを何種類もそろえてます。パッと見はそっくりだけど、着こなしによってはきかえなくちゃね。次に狙っているのはルブタンの黒！ 前にボタンがダーッとついてて超可愛いの♪ あと、小物で集めたいのは帽子。もともとすっごく好きだったのに、最近あんまりかぶってないから（涙)。コーディネートに一点足すだけで、仕上がりが違うでしょ!?

# 冬のヘビロテ☆コーデ

を直撃取材しました。ヘビロテ服の今冬らしい着こなし方と小物使いをマスターして、冬おしゃれを満喫しましょ♪

Hinano's Coordinate

## ファーコート × コットンレースワンピ

リアルファーを大人っぽくなりすぎないように着るって素敵じゃない!? 中のレースワンピはちょいガーリーなデザインで、色は絶対に白! どちらのアイテムも女のコらしいところが好きで、組み合わせると可愛さ倍増♥

真冬に着る"白"は女の"コ"の特権でしょ!?



➡ラビットファーコート 39,900円/グー コミューン(グランカスケードインク) 中に着たレースチュニックワンピース 39,900円/Cohen et Sabine(dual) パールネックレス 11,550円/NOJESS 「大人可愛いから、ちょっと高級なレストランでWデートな気分♥」

冬の溺愛トレンド 2009 ファイナル ANSWER Part 02

この冬HOTなファッションアイコン3人が競演!!

# ファッショニスタ Fashionista

コーディネートがマンネリに陥りがちなこの時期、一番知りたいのは真冬を乗り切るスタイリングテク! おしゃれのカリスマ3人に、お気に入りの黄金コーデ

撮影/曽根将樹 (PEACE MONKEY・吉川ひなのさん分)、萩庭桂太 (ほしのあきさん分)、桑嶋まこと (M CREW・南明奈さん分) スタイリング/鈴木由里香 (dynamic・吉川ひなのさん分)、鈴木深雪 (ほしのあきさん分)、岡安幸代 (南明奈さん分) ヘア&メイク/大西トモユキ (nude.・吉川ひなのさん分)、市嶋あかね (ほしのあきさん分)、佐々木シエラ (南明奈さん分) 取材・文/坂口みずき ●取材店リストは 254 ページにあります。

ビタースイートな女のコらしさが満載！

# ほしのあき

**Profile**

ほしの・あき●1977年3月14日生まれ、東京都出身。2010年1月15日(金)、写真集「A」(ワニブックス刊)を発売予定。love&hateとのコラボジュエリーが、2010年2月28日(日) までの3カ月間限定販売中。詳しくはブログをクリック！　http://ameblo.jp/hoshino-aki/



リッチなヒョウ柄ファーは
デニムでこなれカジュアルに

←ヒョウ柄ファーコート 20,790円／chelsea　フリルシャツ 8,400円／ビバユー　赤カーディガン 13,440円／AMA、黒エナメルパンプス 40,950円／repetto（ともにアモナヴィー ラフォーレ原宿店）　ヘッドアクセ 3,990円／too much　かごバッグ 19,950円／ノースコーナー　デニムショートパンツ、黒タイツ／ともにスタイリスト私物　「ヒョウ柄のファーって派手だし、ボリューム感があるからボトムはシンプルがベスト。目線が上に行くのでタイツと靴を黒でまとめてすっきりと」

Aki's Coordinate

## ヒョウ柄ファーコート × デニムショーパン

「ヒョウ柄ファーコートは2枚持っていて愛用中。冬ならではのお楽しみって感じで大好きです♥　全身バランスを考えて足元は極シンプルに。レイヤードして赤を効かせるとおしゃれでしょ!?」



勝気レディなパワショルは
ほしの流にスイート仕上げ♥



Aki's Coordinate

## パワーショルダーワンピース × ニーハイブーツ

「もともとパフスリ好きなので、パワーショルダーは秋から狙ってました。ベルトをしたり、メンズ小物でハズしたりしても素敵。ニーハイでカジュアルダウンさせるとグッドバランス。」

↖パワーショルダーワンピース 15,540円／Kai Lani表参道店　ネックレス 2,100円／ビバユー　ピンクハット 21,000円／CA4LA　黒ブーツ 27,300円／ShoeBAR渋谷店　「グレー×ピンクは大好きな配色で、レースっぽい柄も私好み。肩があるからアウターはポンチョがいいかも！」



モッズコート×ガーリーコーデ
この甘辛バランスは鉄板！

Aki's Coordinate

## モッズコート × フリルブラウス

「ヘビロテといえば、断然モッズコート！　オールマイティに着回せてあったかい、冬の定番です。フリルやレースで中をとことんラブリーにして、ギャップを楽しむのが今っぽい♪」

←ライナーつきモッズコート 29,400円、フリルブラウス 13,650円、ドット柄ショートパンツ 15,750円／以上ジル スチュアート　白リボン 2,730 円／mimiholiday　「ジルならモッズコートもハードすぎない。シルエットも細身だし、絶妙な色も可愛い！　ライナーやファーがはずせるからシーズンレスで着られて便利でしょ」

### Aki's Fashion Talk

私はいつも白ワンピなので、アウターもまず"白ワンピに合うか"が第一条件(笑)。中が薄着なので、あったかいライナーつきのモッズコートは本気でヘビロテしてます。ワンピで甘辛にしてもいいし、デニムでROCKっぽくも着られるし、もう手放せません！　ファーコートも着てる率高めなアウターで、ヒョウ柄が今一番のお気に入り。存在感があって迫力が出やすいので、合わせるアイテムをできるだけシンプルに引き算するのがポイント。この冬はガーリーな服が多いので、トータルの甘辛バランスにはかなり気をつかってます。ナポレオン風カーデや中折れ帽のようなメンズっぽいアイテムを足すなど、どこか一点を引き締めて甘さをクールダウンさせるのが成功のヒケツかな!?

トレンド満載☆ハンサムガーリーなモノトーン

Aki's Coordinate

## ナポレオンカーデ×レースティアードスカート

「話題のナポレオン風も、ニットならかっちりしすぎずこんなにキュート♥　ブラウスやスカートでフリルをたっぷり盛りつつ、マニッシュな靴で足元をモードに仕上げるのが気分です。」



↖ナポレオンカーディガン 17,640円、フリルカットソーブラウス 9,240円／ともにKai Lani表参道店　黒チュチュスカート 6,825円／chelsea　カチューシャ 1,890円／too much　ネックレス 12,600円／love&hate　黒のパンプス 18,900円／Shoe BAR渋谷店　タイツ／スタイリスト私物　「ずっと気になっていた流行のナポレオンデザイン。ニットカーデなら着やすいし、手持ち服に足すだけでガラッと見違える！」



### 冬のヘビロテ小物はコレ!



ピンク大好き♥ストールなら合わせやすくて年中使える！

**ベビーピンクストール**

←ピンクストール 17,850円／ジルスチュアート

**リボンつきファー帽**



ワンピースのアクセントに♪愛犬あずきみたいな巻き毛が可愛すぎ

↑ベージュリボンつきグレーファー帽 13,650円／CA4LA



急なお呼ばれでもバッグに入れておけばヘッドアクセがわりに

**ベロアの赤リボン**

→赤ベロアリボン／スタイリスト私物　カチューシャ風に巻いても、まとめてもラブリー。



ふわ白ワンピに足してROCKでフォーキーなエッジをプラス

**チェーンつきベルト**

↖チェーンフリンジつき黒スエードベルト 13,650円／ジル スチュアート



ファーのほどよいボリューム感がコーディネートのスパイスに☆

**ファーつきブーツ**

←ファーつきプラットフォームブーツ 89,250円／CHIE MIHARA（HITMAN &Co.）

イマドキ☆モードな
クール系カジュアル

# 南明奈

**Profile**

みなみ・あきな●1989年5月15日生まれ、神奈川県出身。日本テレビ系『傍聴マニア09』に出演中。フジテレビ系『笑っていいとも』『クイズヘキサゴンII』などレギュラー番組も多数。2010年3月～NHK『ゲゲゲの女房』にも出演決定！　大人気のブログ（http://ameblo.jp/akkinablog/）も要チェック！



絶妙なこなれ感の秘訣は計算ずくのゆるさ加減♥

Akina's Coordinate

## スパンコールロゴニット×チュチュスカート

この冬ヘビロテ中の黒のチュチュスカートは、キレイ色ニットとの組み合わせを楽しんでます。スタッズやスパンコールなどディテールで80's なエッジを効かせてクールめに仕上げるのがお約束！

←パープルのスパンコールロゴニットワンピース 7,245円／Spiral Girl　黒チュチュスカート 5,985円、黒チェーンバッグ 8,925円／ともにDELYLE　スタッズつきストール 5,145円／BE RADIANCE　グレーニーハイブーツ 51,450円／West 3rd Street　「基本的にミニ丈ならワンピかショーパンで、スカートってあんまりはかないけど、黒のチュチュスカートはこの冬真っ先に投入！」



女らしさを引き出してくれるフェミニンなコーデに夢中！

Akina's Coordinate

## プリントTシャツ×サテンサロペット

一年中着てる大好きなサロペットは、サルエルっぽいモードなシルエットに注目。モノトーン好きだけど、無難になりすぎないように小物でパンチをプラスするのがポイントです。

↖黒サテンオールインワン 9,345円、ダルメシアン柄ハット 6,195円／ともにROYAL PARTY　ロングTシャツ（ストールつき）5,145円／Spiral Girl　パールネックレス 参考商品／Honey Bunch 名鉄百貨店本店ヤング館店　イエローチェーンバッグ 10,500円／SLY（バロックジャパンリミテッド）　グリッターパンプス 14,700円／Joias　「サルエルシルエットのサロペットならラクチンさもおしゃれ感も欲張れる！　小物で遊ぶのが気分です」



↙キャメルファーベスト 39,900円／chimera Park（マスタード）　チェックスタッズつきシャツ 16,590円／フレッシュカルマ（West 3rd Street）　赤チェーンバッグ 8,295円／DazzliN'　タイツ／スタイリスト私物

Akina's Coordinate

## ファーつきムートンベスト×チェックシャツワンピ

冒険アイテムのファーベストは、ベーシックなシャツワンピと合わせるのが私流。ボリューミーなファーでトリミングされたこってりデザインも、こなれたアメカジに仕上がる。

### 冬のヘビロテ小物はコレ！



ひと目ボレした羽根ブローチと大好きムートンの黄金コンビ！

**ムートンブーツ**

↑羽根ブローチつき黒ムートンブーツ 45,150円／クーラブーラ（West 3rd Street）



**じゃらじゃらネックレス**

ネックレスはさっとつけられるお手軽ロング丈がヘビロテの条件

→シルバー×スタッズネックレス 5,145円／ROYAL PARTY



**チェック柄ハット**

私の3大定番色黒・白・赤のチェックだから絶対ハズせない！

←リボンつき赤×黒チェックハット 4,515円／グレース（West 3rd Street）



**キルティングバッグ**

ビビッドカラーはモノトーンルックのアクセントとして一点投入

↙イエローキルティングポシェット 7,140円／BIG BUDDHA（West 3rd Street）



**ピンクストール**

まんべんなくちりばめられたスタッズがスタイリッシュ！

↑スタッズつきピンクストール 3,990円／DELYLE



# 大好きアイテムを詰め込んだ真冬の鉄板コーデ

Akina's Coordinate

## ボアつきGジャン×ボーダーマキシワンピ

ボーダーもマキシ丈も大好き☆　すそにボリュームがあるので、ショート丈のアウターや大きめバッグでバランスアップをめざします。足元もエンジニアブーツでゴツめに仕上げて。

### Akina's Fashion Talk

もともとモノトーン好きだけど、今季はホント黒ばっか！　お洋服はフリルやレースなど甘めディテールが飾られてるよりもシルエット自体が変わってたり、クールでシンプルなアイテムが好き。基本的に流行りものは避けるほうでしたが、この冬は、チュチュスカやファーベスト、ニーハイブーツなど、私的に新しいものにもかなり挑戦して、コーディネートの幅が一気に広がりました。ネイビーのナポレオンジャケットも買ったけど、コレはまだ着こなしを研究中。今まではデコラティブなものって苦手だったけど、今はクールめなデザインならガンガンとり入れたい気分。スタッズとかスパンコールのついている小物も大量に投入(笑)。辛めで大人っぽい着こなしが好きなので、アクセントにしてイメチェンを楽しんでます。

↗ボアつきデニムブルゾン 20,790円／アルバローザ(アルバローザ ジャパン) 黒×グレーボーダーマキシワンピース 19,950円／disco valley(MOROCO BAR ルミネ新宿店)　ピンクボンボンつきかごバッグ 17,640円／パトリックベア、茶2連レザーネックレス 14,175円／ともにWest 3rd Street　黒エンジニアブーツ 13,440円／Romeo y Julieta原宿店 「パーカ好きなので、フードつきのGジャンってかなりポイント高い！」

# アイテム10連発

ずはお届け！　ミーハー度MAXなアイテムは必見です。

れ読Ⓜにリサーチ!!

今季かぶりまくりのブランドって？

DazzliN'

FREE'S SHOP

MERCURYDUO

ンピやスカート、キティニットなど多くの
れアイテムを出したDazzliN'がトップ。
S SHOPはもはや1人何アイテムも持っ
たり前。MERCURYDUOはワンピがHit。




## Hit 2

ゆりりん 伊藤友里さん
(立教大学4年)

川ちゃん 川本彩さんがオソロ買い！
(駒澤大学4年)

## DazzliN'(ダズリン)のもこもこジャケット

ココにハマった！

ヴィンテージブームの今季、私たちが一番ハマったブランドはズバリDazzliN'！　これはスタッズつきで、ほどよいゴージャス感がツボでした♥(右・伊藤さん)。この冬もう何着ゆりりんと服がかぶったか……（笑）。カジュアルコーデもこれをはおるとお高めに仕上がるからヘビロテしてます(左・川本さん)。







## Hit 1

ゆっこ 平有紀子さんも指名買い！
(大妻女子大学3年)

## Smork(スモーク)のドレスダウン

ココにハマった！

寒～い冬を一緒に乗り切るアウターは、あったかいことはもちろんだけどパッと見可愛いことが絶対。フリル＆ベロアリボンつきのダウンは、見た瞬間買い！　まさに寒がり女子の救世主です☆






## Hit 4

まりーな 大場麻里奈さんも
(神戸女学院大学3回生)
ヘビロテ中！

## 進化系MIXニットジャケット

ココにハマった！

ず～っとBOOMのMIXニットがさらに×2進化中！　絞り染めみたいなドット柄のツイード風ニットなんです。おしゃれっていろんな人からほめられまくり♪　Language で約17,000円でした。






## Hit 3

ユカリン 黒坂優香子さんもオススメ！
(大妻女子大学2年)

## 超でか♥アニマルファー帽

ココにハマった！

どんなコーデもたちまち今っぽくなるファー帽は5～6個も買っちゃいました！　なかでも頭をすっぽりおおうくらいあるコレは、インパクトも小顔効果もあってお気に入り。原宿のショップで6,000円くらいでした。

おしゃれ読Ⓜにリサーチ!!

Q この冬アウター何買った？

1位 ショート丈ファーコート

2位 姫系ディテールのウールコート

3位 もこもこムートンコート

ファーコートはアニマル柄が人気沸騰中。定番のウールコートもこの冬は、ボリューミーなファーつきなど、よりドーリーに。ムートンはロングだけじゃなくショート派も増えてる模様。

、コーディネートetc.…ぜ～んぶ見せちゃいマス!!

撮影／mika(f-me・東京分)、木村隆宏(東京分)、寺中一桂(青山リッチーズ)、木村耕平(関西分)、冨上永一郎(関西分)、原口二朗(東京分、静物)　スタイリング／松丸由香　ヘア／湯淺星悟(ZACC・東京分)、森上忍(k-two・関西分)、山下香織(k-two・関西分)　取材・文／谷口絵美(P70～75)　撮影協力／神戸モザイク、丸の内MYプラザ
●取材店リストは254ページにあります。

# BOOM大追跡

LSをSNAPしてわかったリアルネタがギュッとつまってるから、コレを読めば一目瞭然！　それではスタート☆

Part 01

## プリ♥クラがお答えします！ 街のHit

Rayが誇るおしゃれGIRLS、プリ♥クラがこの冬ハマってる






### Hit 8

ピロみん
新部宏美さんも
(日本女子大学3年)
イベントにヘビロテ！

マーキュリーデュオ
**MERCURYDUOの ちょいドレッシーワンピ**

ココにハマった！
みんな持ってるレースワンピはあえて甘めのベビーピンクをチョイス！　編み上げブーツなどでロックに仕上げて、おしゃれ度をアピります(右・黒坂さん)。毎シーズンかぶり率の高いMERCURYDUO。今季はちょっとしたパーティーにも使えそうなワンピがBOOM。約13,000円だったツイードワンピは、ほかにはないワインレッドがお気に入り。いつもはトレンカを合わせてトレンドを意識します(左・新部さん)。

### Hit 7

斉藤梓さんも
アズ
(関西学院大学4回生)
デートで使ってる！

**小ぶりなペール ピンクバッグ**

ココにハマった！
香里奈ちゃんが１月号で赤を持ってて、マネっこ買いしちゃった♪　キャセリーニのものです。この冬はベーシックカラーにペールピンクを差し色で使うのにハマってるんです。コーデがグッとアカ抜けて見えるしオススメ。




### Hit 9

サヨ
山口紗代子さんも活用中
(神戸女学院大学3回生)

フリーズマート
**関西にも上陸した FREE'S MART**

ココにハマった！
この冬に大丸心斎橋店にFREE'S MARTがオープン。当日駆けつけちゃった(笑)。このニットはパールもついてて凝ってるのに激安。大丸は日本初のJILLSTUART CAFEもできて関西っコの新たなBOOMスポットになりそう(右・山口さん)。レース×ベロアのゴージャス感にひかれてワンピを買いました。異素材MIXはお値段以上に見えるからオススメ。友達にプライスをいうとビックリされます(下・斉藤さん)。










### Hit 5

チバユカ
千葉由佳さんも
(宝塚大学4年)
挑戦中！

**インパクト ヒョウ柄ミニ**

ココにハマった！
ピンキーガールズで約6,000円だったスカート
ハートのヒョウ柄がささりました(笑)(上・伊
ん)。ちなってぃがw♥cの広告で着てたボリュ
ミニをマネっこ買い！　何層にもチュールが重
てて、歩くたびにふわふわゆれるの♪　デート
NGと思われがちなヒョウ柄だけど、これならア
しかも約5,000円とプチプラ（左・千葉さん）。

おしゃれ読モにリサーチ!!

Q ヘビロテしたプリントは？

1位 ヴィンテージ風花柄
2位 スイートなヒョウ柄
3位 ブロックチェック

ヴィンテージ花柄がぶっちぎりのヘビロテ率。ヒョウ
お洋服で投入するコが急増して一気にブレイク。チェ
はモテ系なものも人気でした。



### Hit 10

エナ
赤池永梨奈さんも
(法政大学2年)
ひと目ぼれ！

**バーバリー・ブルー レーベルのコート**

ココにハマった！
持ってるだけで自慢♪なブランドといえばバーバリー・ブルーレーベル。毎シーズン３～４着お買い物するくらい大好きなの。着ただけで、上級プレッピーを狙えるコートは約60,000円でした。




### Hit 6

川ちゃん
川本彩さんも
(駒澤大学4年)
即買いした！

アイズビット
**ISBITの イニシャルネックレス**

ココにハマった！
ありそうでなかったハート型の
ニシャルネックレスは、一点
みたいなおしゃれ感が自慢（
伊藤さん）。約4,000円ってい
お値段にもLOVE♪　友達に
ネっこされました（左・川本さ

# 徹底リサーチ ただ今巷で流行っているアイ

# 街のリアル

冬の溺愛トレンド 2009 ファイナル ANSWER Part 03

冬休みに突入して、真冬のおしゃれ戦線もここからが大本番！　今、何を着ればおしゃれなの？　駆け込み買いしたいけど何買えばいい？　街のおしゃ

# 「かぶりアイテム」は？

りアイテムが発覚！　本当に知りたいヒットアイテムだけを厳選してお届けします！



## 即レディになれる魔法のアイテム！
# 大人めカラーの花柄ワンピース
*Flower pattern onepiece*

ダークカラーがベースの花柄なら、ヴィンテージ感たっぷり。春夏のラブリー路線から一変、花柄の大人な着こなしが蔓延中でした！



TOKYO

MISCH MASCH

フェミニン花柄はレザーでカジュアルダウン！

川本彩さん（駒澤大学4年）

MISCH MASCHで約6,000円だったワンピは、バラ柄がエレガント。そのまま上品に着るのはキャラじゃないので(笑)、黒のレザーライダースと、LGMのエンジニアブーツを合わせて、ロック風に着こなしました。



TOKYO

プチプラワンピも黒レイヤードでクラスUP！

LODISPOTTO

石井浄朱さん（成城大学4年）

ジャンパースカートタイプのワンピはなんと3,990円！　Ferouxで約5,000円だった黒タートルをインして甘さをセーブ。フリンジバッグは、Spiral Girlで約7,000円で購入。



TOKYO

CECIL McBEE

平有紀子さん（大妻女子大学3年）

バラ柄×純白アウターで品のよさをアピール！

大ぶりのローズプリントが今っぽいワンピは、セシルで約9,000円。胸下からふんわりしているデザインなので、スタイルアップが狙えます。試着後速攻レジ行きでした。約30,000円で買ったJoiasの白コートを合わせてレディライクに。

LOVE BOAT

黒坂優香子さん（大妻女子大学2年）

約10,000円で購入した花柄ワンピは、ウエスト切り替えなので、背が低い私でもバランスよく着こなせるんです♥　ぬいぐるみっぽいもこもこ白アウターと合わせて、とことんキュートに。足元は黒ニーハイでスッキリと見せるのが私流。



TOKYO

パープル×ピンクのあざやかな色合いがお気に入りのワンピはDazzliN'。W closetで約9,000円で買ったプチプラファーつきジャケットと、Ferouxで約5,000円だったキャメルバッグを合わせて、旬のヴィンテージ風に着こなします。

茶系アイテムと合わせてレトロガーリーに♥

DazzliN'

伊藤友里さん（立教大学4年）

## 女優風のボリューミーなファーがブーム！
# ポイントファーつきコート
*Point fur coat*

ゴージャスではなく、クラシカルなエッジィさを持ったポイントファーがトレンド感たっぷり。デイリーにも着やすいと流行に！



KANSAI

大人の可愛さを表現するミルクティーカラーに♥

la Bala

首元とそでにたっぷりのフォックスファーがついているので、超あったか♥　リボンや丸ボタンなどの甘ディテールも、ミルクティーカラーだから、大人っぽい印象になれます。la Balaで35,000円くらいでした。小物は黒でまとめてます。



TOKYO

ポイントでついているゴールドファーにひと目ぼれ♥　大好きなDOLLY GIRLで約35,000円でした。小物は全部ベージュやゴールド系でカラーを統一して品よく仕上げます。

DOLLY GIRL

平有紀子さん（大妻女子大学3年）

テーマは"セレブ女優"(笑)なお目立ちファーコート

TOKYO

そで口のリッチファーが白コーデをブラッシュアップ！

Laymee

宇治原彩さん（早稲田大学2年）

チェックが可愛いファーつきコートは、最近ハマっているLaymeeで約25,000円でした。ベルトと色をリンクさせたブーツは、Pin Curlで約11,000円。

## イノセントなきらめきで可愛さアピール
# ちょいキラスパンコール
*Spangle*

80'sの流れから、人気持続中のスパンコール。この冬は、ピュアな印象になれると白アイテムでとり入れるコが増加してます！



マルイJAMに入ってるJewels seekで約11,000円だったロンパースは、カジュアルなのに、ラグジュアリーに見える魔法のアイテム！　ちょっとしたパーティーにも活躍しています。

八木麻衣子さん（上智大学4年）

TOKYO

Jewels seek

スパンつきロンパースは＋黒レザーでデイリー仕様に



KANSAI

家近あきさん（N高校3年）

夜デートに着ていきたいさりげない輝きがツボ♥

MERCURYDUO

約20,000円で買ったスパンつきワンピは、動くたびにチラチラと輝く繊細さがお気に入り。ハデになりすぎず、上品にまとまります。これを着てディナーデートに行きたいな♪



TOKYO

コーデに華やぎを添える輝きで彼の視線をゲット！

snidel

小さなスパンがちりばめられた、透け感のあるローゲージニットは、snidelで約12,000円。ANAPで6,000円くらいで買ったチュチュスカートとのバランスも最高！　titty & Co.のライダース型のムートンジャケットと合わせて、ガーリーカジュアルにまとめました。

Part 02 SNAP CHECK!

# BOOMな

トレンドに敏感なおしゃれ読者の私服を街でチェックしたとこ



リボンモチーフが大好きで、気づくと全身リボンづくしになってしまうことも(笑)。背中あきで3連リボンがついているワンピはDazzliN'で約7,000円、リボンがついているベレーは新宿アルタの帽子売り場で約3,000円でした。

TOKYO

DazzliN'

バックスタイルにも自信が持てる3連リボンに彼もドキッ♥

伊藤友里さん(立教大学4年)

乙女ゴコロをくすぐる愛されモチーフ

## モノトーンビッグリボン

*Monotone big ribbon*

みんな大好き♥ビッグリボンも、今季はこんなに大人顔。モノトーン配色にして、甘くなりすぎないようにするのがトレンドです!



TOKYO

ビッグリボンも黒なら大人スイートに

超ビッグなリボンがポイントのブラウスは、トルソーが着ているのにひと目ぼれ♥ 黒なので、ブリブリになりすぎないところが気に入っています。ジルで約15,000円でした。

JILLSTUART

小林遼佳さん(S女子大学2年)



TOKYO

冨張愛さん(中央大学1年)

LODISPOTTO

Ray読者の第1指名は甘すぎないモノトーン配色!

ビッグリボンが映える黒×グレーコーデ

お目立ちビッグリボンとスパンコールのステッチが可愛いニットワンピは、約5,000円とお手ごろで、思わず衝動買い! 体にぴったりフィットするので、スタイルよく見せてくれます。グレーニーハイ&イヤーマフでコーデにスパイスを。

### 服だけじゃない! バッグにもリボンジャンキー急増中!!



Samantha Vega

TOKYO

↑「メタリックなシルバー×リボンというギャップがツボ。サマンサベガで約15,000円でした」(伊藤友里さん・立教大学4年)

↓「LODISPOTTOで約5,000円だったリボンバッグは、冬らしいもこもこファーに胸キュン♥」(小林里純さん・日本大学1年)



LODISPOTTO

TOKYO



平林玲美さん(青山学院大学3年)

甘めコーデの辛口スパイスにトッピング

## ワザありスタッズ小物

*Studs it*

今季の流行を引っぱるスタッズは、ハードになりすぎないように脇役で投入して甘辛MIXするのがおしゃれなコの常識!



TOKYO

ROYAL PARTY

ブーツにも

ゴツくなりがちなスタッズ×編み上げも、キャメルカラーで甘辛仕立てに。コーディネートのアクセントになるので、重宝しています。



Gabriel

ふわふわ感が気持ちいいファーベレーは、青山リッチーズの優里亜ちゃんがプレスをしているDEARA & Gabrielで約5,000円でした。



TOKYO

バッグにも

鈴木詩織さん(フェリス女学院大学1年)

ビッグな丸スタッズが存在感大! パンチはあるけどロックになりすぎない、絶妙なさじ加減が◎。約10,000円で購入しました。

URBAN RESEARCH



ベレー帽に

INGNI

新井満理弥さん(武蔵野美術大学3年)

TOKYO

スタッズとキラキラストーンがクスされているので、ハードにすぎないのがお気に入り。ING約3,000円とプチプラでした!



ロングタイプ

やさしい色合いのバンビ柄ならアニマル初心者にも◎

Chatty aroma

TOKYO

青木育日さん(青山学院大学3年)

マルイJAMで買ったバンビ柄コートは、約10,000円とプチプラ! ニュアンスのあるベージュがやわらかい雰囲気に見せてくれます。ボタンもパールで姫っぽいところがお気に入り♥ バレンシアガのピンクバッグと合わせて、スイートに。



TOKYO

DazzliN'

白T×デニムでさりげなくカジュアルダウン!

冨張愛さん(中央大学1年)

雑誌で見て目をつけていた約30,000円のファーコートは、入荷と同時に即買い! 12月号で碧ちゃんがしていたコーデをマネっこしてみました。サングラスを頭にセレブ風に。



やわらかな色合いのファーアウターは、自由が丘のセレクトショップで購入。kitsonで買ったワンピと、DURAS ambientで約9,000円だった黒クラッチと合わせて海外セレブ風に。

TOKYO

セレクトショップ

kitsonのレースワンピと合わせて気分はヒルズ!?

水野佐彩さん(立教大学2年)



KANSAI

Rew de Rew

キュートなのに女っぽいダルメ柄にほれぼれ♥

香川麻衣さん(フリーター・22才)

ダルメ柄は目立つのに、決してケバくならないところが◎。Rew de Rewで約20,000円でした。約7,000円で買ったSWORD FISHのレースショーパンを合わせて小悪魔ちっくに。

1枚で主役級のオーラをゲット!

## ガーリーなアニマルファーコート

*Animal fur co*

ポイント使いや脇役ではなく、今季のアニマルはアウターで勝負! ダルメやバンビ、グレーレオパードなどの進化系アニマル柄が、街中にあふれていました!



新部宏美さん(日本女子大学3年)

八木麻衣子さん(上智大学4年)

Pin Curl

ショートタイプ

ダルメシアン柄と、そでのリボンベルトが最高にガーリー! Pin Curlで約20,000円でした。アウターが甘いので、la Balaで約5,000円だった黒Tシャツと、SWORD FISHで約10,000円のデニムと合わせて辛さをプラス。バッグはROYAL PARTYで約12,000円。

グレー地のレオパード柄がイなアウターは、約10,000控えめなカラーなので、が効きます。グレーのファレーやふんわりスカートをせて、クラシカルにコーデート。バッグはLODISPOTT約5,000円でした。

MERCURYDUO

ショート丈ならどんなボトムとも相性バツグン♥

# ってほめられたCD(コーディネート)テクは？

さっそくマネして、おしゃれのライバルから一目置かれる存在になりましょ♪

## ムートンコート×レースワンピのSWEETヴィンテージが好感度大！

今季はバリエも豊富なムートンコートが大量リリース。ヴィンテージ風なレースワンピとの組み合わせでフォークロアテイストにするのが主流です。




ムートンなのに上品なのはブラックでまとめたおかげ！

モノトーンで大人め意識

DazzliN'のワンピは、繊細なチュールレースにひと目ぼれ！ 一緒に買い物していた川本彩ちゃんと思わずオソロ買いしちゃいました。一緒に合わせたムートンコートはLITIRAで約19,000円、バッグはLODISPOTTOで約5,000円でした。

伊藤友里さん




好感度の高いお嬢様っぽさを演出

他のコとは差をつけたくて、カジュアルになりすぎない黒をセレクト。LITIRAで約19,000円でした。Joiasで約11,000円だった白レースワンピと合わせると、デートにぴったり♥

佐野玉紀さん（フリーター・19才）




黒レースワンピで子供っぽさをセーブ！

クールな印象のライダースも、白ムートンならこんなにガーリー！ titty & Co.で約15,000円でした。アプワイザー・リッシェで約20,000円で買った黒レースワンピと合わせると、さらに上品な印象になれるんです。

穂刈詩織さん（早稲田大学2年）




「どこで買ったの？」と聞かれるワンピが主役！

こなれ感バッチリなライトベージュ

ムートンコートはアプワイザーで約35,000円。ムートンでもミディアム丈&ライトカラーなので重く見えません。beberoseで約7,000円だったワンピは珍しいネイビーの色合いが◎。

中林玲美さん（青山学院大学3年）




ガーリーな着こなしに拍車をかけるもこもこムートン♥

おしゃれと評判の友達から「その服可愛い～♥」といわれ自慢のコーデです。もこもこボアで縁取ったムートンダッフルは、アルバローザで約27,000円でした。このコートと合わせたくて、DazzliN'のレースワンピを約10,000円で購入。

川本彩さん（駒澤大学4年）

## ライダース×ひらミニ×ニーハイブーツのトリオが鉄板です！

人気のライダースは、あくまでもハードにしすぎないよう、ガーリーに着こなすのが鉄則！ 甘いひらミニに、ニーハイを合わせて美バランスに。




トレンド服はプチプラで

ものはプチプラ主義！ ライダはマルイで約7,000円、花柄のートはCHILL anapで約4,000円た。スカートはよく「どこで買の？」と聞かれるんです。

小野塚詩媛さん（明治大学3年）




誰よりも目立つインパクト花柄が自慢

DazzliN'のあざやかな花柄スカートが主役のコーデ。LagunaMoonのライダースと、クロエのバッグを白で統一し、パールのネックレスを合わせてちょっぴり甘めにしてみました。

筧沙奈恵さん（立教大学4年）




クールになりすぎないキャメルカラーをチョイス

ライダースはROYAL PARTYで約9,000円、ヒョウ柄ニットはLITIRAで約7,000円でした。黒のフリルショーパンは約4,000円、ニット帽は約3,000円で、どちらもINGNIのもの。このニット帽をかぶると、必ずおしゃれだとほめられます♪

神尾美沙さん（成城大学3年）




ロックなレイヤードがおしゃれ上級者！

コーデのテーマはバンドマンの彼女(笑)。セシルマクビー ファビュラスで約8,000円だったライダースと、FREE'S SHOPのTシャツでメンズライクにしつつ、白チュチュで甘さをプラス。インに着たチェックシャツはユニクロでなんと990円！

小川恵理子さん（慶應義塾大学2年）




個性派グレーライダースにピンクの差し色をON！

珍しいグレーのライダースをビームスで見つけたときは、即飛びついちゃいました(笑)。コレを着ると必ず「おしゃれ！」ってほめられますね。ほかは全部黒で締めて、セシルマクビー ファビュラスで約6,000円だったピンクバッグを差し色に。

佐野玉紀さん（フリーター・19才）

# Part 03 「おしゃれだね

みんなが彼や友達に、リアルにほめられたコーディネートを聞いたところ、鉄

## クラシックは卒業！ 辛口ツイードコーデがおしゃれに見える

甘さ一辺倒だったこれまでとは一変！この冬はクールに、ちょいロックに着こなすのが基本です。東京と関西の着こなし方の違いも必見！



### 東京発！ ツイードJKをマニッシュコーデで攻略！

TOKYO
赤池永梨奈さん（法政大学2年）
着るだけでサマになるハンサムツイード

着ると必ずほめられるジャケットは、Joiasで約19,000円。この間も友達に「どこで買ったの？」って聞かれちゃった。約4,000円のbeberoseのロンTと18,000円くらいで買ったKai Laniのデニムと合わせて、メンズライクにキメました。

TOKYO
坂梨亜里咲さん（明治大学2年）
ダメージデニム合わせでモデルの私服風に

チェーンつきのツイードジャケットは、DazzliN'で約10,000円。はおるだけで即旬の顔になれるんです。moussyで6,000円くらいだったミッキーTと合わせてこなれ感を出しました。

TOKYO
鈴木詩織さん（フェリス女学院大学1年）
大人めカジュアルMIXにハマっています

韓国で買ったジャケットは5,000円以下と驚きの価格！ ZARAのボーイフレンドデニムと合わせ、ラフに着崩します。コンサバ服をカジュアルダウンするのが今の気分。



### 関西発！ ツイードスカートを個性派アウターで着こなす

KANSAI
美山ちゅなさん（R女子大学3回生）
リッチなファーをプラスしてコーデをクラスアップ！

ピンク×グレー×ネイビーの色合いがツボなMERCURYDUOのスカートは、レザーライダースを合わせて甘さをセーブ。リッチカジュアルをめざして、ゴージャスなファーマフラーをON！

KANSAI
家近あきさん（N高校3年）
レディな赤スカートも黒ジャケットで引き締め！

ツイードスカートは、INGNIで6,000円くらい。スタイルがよく見えるタイトなシルエットとレディな赤がお気に入り。マニッシュな黒ジャケットと合わせてちょい辛めにまとめました。

KANSAI
井上晃子さん（R女子大学4回生）
絶賛されたコーデです♪

ミックスカラーが可愛いスカートは、MERCURYDUOで約10,000円。小顔効果もある大きめのえりが特徴のレザージャケットは、約33,000円でした。これも大好きなMERCURYDUO。なんと、憧れのニコール・リッチーとオソロなんです！



## 大人レトロなボーダー使いが気分です♪

この冬のボーダーは、落ちついたカラーで大人っぽく着こなして。アウターや小物でちょっぴりレトロテイストをとり入れるのがキモ。



KANSAI
山口紗代子さん（神戸女学院大学3回生）
パーティーにもOKな華やぎボーダーワンピ

すそのフリルや細かいボーダーがキュートなワンピは、セシルマクビー ファビュラスで7,000円くらいで買いました。黒のファージャケットと合わせてリッチにコーデ。

TOKYO
ファン・ネアさん（文化女子大学4年）
即フェミニンになれるノーカラーコートをON

細かいボーダーのニットは、DURAS ambientで約5,000円。RODEO CROWNSのボーイズデニムとツイードコートでモードなスタイルに昇格！ ノーカラーデザインなので、どんなコーディネートでも、即レディな雰囲気になれます。

TOKYO
新部宏美さん（日本女子大学3年）
シンプルボーダーだってクラシカルコートで脱マンネリ

丸ボタンが可愛いコートはLD primeで約17,000円。約3,000円だったINGNIのボーダーニットと、約7,000円で買ったDazzliN'のベージュスカートを合わせてガーリーに。ブーツは109のR&Eで、約10,000円で買いました。

## ショートブーツ合わせでレースな足元をアピール

定番コーディネートだって、レーシーな足元にするだけで、一気に旬の顔に変われるんです。ショートブーツを合わせて、レース分量を多く見せるコが急増中！



KANSAI
林香里さん（神戸松蔭女子学院大学4回生）
デニム×レースの合わせワザで小悪魔風に

シンプルコーデのアクセントになるので、レースレギンスは欠かせません！ ざっくりニットのポンチョ、アレキサンダー・ワンのレースアップブーツ、miu miuのバッグを合わせて海外セレブ風に。友人からの評判も上々です♥

TOKYO
階戸瑠季さん（上智大学3年）
マンネリを打破するアクセントに！

どんなコーデにも意外と合わせやすいレーストレンカはSWORD FISHで4,000円くらい。ショートブーツはR&Eで約10,000円、クラッチはDURAS ambientで約9,000円で購入。

TOKYO
西本有希さん（立正大学3年）
セクシーなレースで定番コーデがアカ抜ける！

レースレギンスは、デニ
相性がよく、簡単にセク
さをとり入れられるので
ジュアル派の私にもっ
い！ よく友達からも「
っぽくておしゃれ」って
れるよ。レギンスは109
下屋さんで1,000円くらい

Part 04

# 冬でも「やせた？」っていわれたコーデを教えて！

寒〜い冬の落とし穴は、重ね着によって起こる「着ぶくれ」。そこで、即効やせを叶える着やせテクをおしゃれ読者が伝授。さっそくマスターしてスタイル美人を狙っちゃおう！



ミディ丈コートで

千葉由佳さん（二松学舎大学4年）

## 毛足が短い ファーコート合わせ が実はやせて見える！

もこもこ着太りしそうなファーコートも、毛足が短いタイプならすっきりシャープに。タイトなスキニーを合わせてＩラインを強調！

ボリュームをおさえたファーコートは、SmackyGlamで約15,000円。濃いグレーなので引き締め効果もあります。インにはbeberoseで約5,000円だった白タートル、ボトム約10,000円のDURASのグレースキニーを合わせました。

淡いグレーがキレイなファーコートはMERCURYDUOで約13,000円。お尻まですっぽり隠れる長さなので、腰まわりをすっきり見せてくれます。コレを着てたら、プリ♥クラのみんなにも「チバユカ、やせた？」って聞かれちゃった(笑)。



KANSAI

縦ラインを強調してスラリと見せる！

斉藤梓さん（関西学院大学4回生）

## 黒分量80％のモノトーンコーデが鉄板着やせコーデ

流行中の黒コーデといえば、王道着やせテク。でも100％黒じゃNG！ 差し引きすることでベストバランスを引き出します。



KANSAI

すっきりIラインを叶えるブラックレイヤード

赤池永梨奈さん（法政大学2年）

山口紗代子さん（神戸女学院大学3回生）

高校時代の友達に、会った瞬間「やせた？」と聞かれたコーデです！ 黒コートはレッセ・パッセで約40,000円、モノトーンの花柄ワンピはBE RADIANCEで約9,000円でした。黒バッグはセシルマクビー ファビュラスで約7,000円でした。



TOKYO

ひざ丈Aラインコートでパーフェクトなシルエットの完成！

ロングコートを合わせれば、即効着やせ効果UP

ノーカラーコートは、アプワイザー・リッシェで約44,000円。気になる太ももを隠してくれる丈がちょうどいいの♪ バッグはセシルマクビー ファビュラスで約7,000円、ブーツはFerouxで約15,000円と黒で統一して引き締めます。



TOKYO

悩みをカバーしてタイトに引き締め！

BE RADIANCEで約23,000円だったコートを着ると、必ず「細くなったね」っていわれるんです。中にINGNIで4,000円くらいだった白ニットを着るとメリハリが出るみたい。

## デコラティブベルトのウエストマークがくびれを演出

ウエストの一番細い部分をベルトできちんと主張。キュッとしたしぼりが、悩める"ずん胴"にメリハリをつけて、細く見せるんです。



KANSAI

ボリュームムートンコートも

黒ベルトでキュッ

ストマークをすると、
ら「そんなに細かった
？」ってよく聞かれま
た)。チェックワンピは
IN"で約7,000円。黒べ
はtitty & Co.で約2,000
買いました。フリンジ
ッグはSmackyGlamで
000円で購入。

スパンコールベルトつきのワンピはウィルセレクションで約18,000円。Spiral Girlで約17,000円だったコートや、小物などをベルトと同じ黒でまとめ、ウエストを細く見せます。



TOKYO

スパンベルトでキュッ

モノトーン配色でくびれをGET！

斎藤彩さん（東京女子大学4年）



TOKYO

白ベルトでキュッ

八木麻衣子さん（上智大学4年）

同系色ベルトをプラスしてさりげなくスタイル美人♥

白トップスには、同系色ベルトでさりげなくウエストマークが効く！ 小ぶりの3連ハートのバックルが可愛いんです。これはANAPで約3,000円でした。ふんわりスカートとのコントラストで、くびれのあるウエストラインを強調しました。



TOKYO

メリハリ小ワザで即効きゃしゃBODY！

澤田南さん（成城大学3年）

ファーつきライダースで肩まわりを、ハイウエストスカートでおなかまわりを、ニーハイで太ももをカバーした魔法のコーデ！ 全身黒でもトップスをボーダーにして重くなりすぎないように注意しています。

ライダース×ミニボトムでメリハリ美BODYに！



KANSAI

レギンス×ヒールで直線美脚をメイク！

林香里さん（神戸松蔭女子学院大学4回生）

九分丈レギンスとヒールを合わせると、脚を細〜く長〜く見せられる効果があるんです♥ ブーティはROSE BUDで約15,000円でした。さらにAラインワンピで、気になるおなかまわりを完璧にカバー！

Part 05

# 「可愛いね♥」と男ウケバツグンなコーデを見せて！

みんなが彼から、男友達から実際にほめられたデートコーデを大発表！　モテ要素が詰まったコーデをマスターしてみる価値あり。コレさえマスターすれば、気になる彼との距離を縮められるはず



TOKYO

癒し系モヘアで男子のハートをひとり占め♥

平有紀子さん（大妻女子大学3年）

全体にパール＆胸元にリボンがついていて、最高にガーリー！ ふわふわのモヘア生地は女のコっぽくて「守ってあげたい」って男のコに思わせるみたい（笑）。ぬいぐるみみたいなファーバッグはLD primeで約8,000円。



TOKYO

とっておきのフリルワンピで真冬のヒロインの座をGET！

黒坂優香子さん（大妻女子大学2年）

リッチなえりのファーとキュートなポンポンが気に入った白コートは、C.C.CROSSで約20,000円でした。胸元フリルのbeberoseのワンピはサテン生地が大人っぽく、約6,000円とプチプラ。小物はブラウン系で大人っぽくまとめました。

## やっぱり大本命！主役アイテムはベビーピンク

いくら黒が流行っていても、甘〜いピンクの人気は不動！　街でデート中の女のコは、ピンクをとり入れたコーデであふれかえっていました！



TOKYO

一緒にいたいと思わせる愛されゆるシルエット

星千尋さん（アパレル勤務・20才）

親近感のあるゆるシルエットがお気に入りのニットはLayla Roseで約4,000円でした。6段フリルのスカートと合わせて、とことん女のコらしく♥　これもLayla Roseで4,000円くらいで購入。アウターは白コートで鉄板デートスタイルに。



KANSAI

甘いピンクのストールで顔色までも明るく華やかに♥

斉藤梓さん（関西学院大学4回生）

ベビーピンクのストールはINGNIで約2,600円とお手ごろ価格。コレ1つあるだけで、シンプルなコーデもガーリーになれるので重宝しています。白ニットワンピはRew de Rewで約10,000円、レザージャケットはPin Curlで約23,000円でした。

## ふわ素材をMIXした白コーデも人気！

思わず触れたくなるようなふわふわ素材は、ベスト オブ モテ要素。透明感あふれるピュア白とのタッグは最強です！



TOKYO

記念日デートにぴったりなエレガントな白コート

首元ファーでふわ♥

千葉由佳さん（二松学舎大学4年）

最高に清楚な雰囲気になれる白コートは、Ferouxで約34,000円で買いました。白コートは着るだけで、顔色もパッと明るくなるので、彼からも評判がいいんです。中に着たワンピはFREE'S SHOPで約8,000円で購入。



KANSAI

ピュアホワイトは最高に可愛く見せてくれる！

フリルでふわ♥

山口紗代子さん（神戸女学院大学3回生）

ガーリーなティアードワンピはfita fitaで約20,000円で買いました。KOBE RANDAで約9,000円で買ったファーブーツや、ファーマフラーと合わせて姫っぽさを意識しました。これでデートに行ったら、「めっちゃ可愛い」っていわれたよ♥



TOKYO

全身ホワイトには茶色でやさしく締める

SWORD FISHで約6,000円だった白ニットに、DazzliN'で約6,000円のひらミニをON。約20,000円のKai Laniバッグと、約11,000円のPin Curlのブーツは、茶系でまとめました。



ふわふわホワイトコート

ファーコートでふわ

鎌田彩華さん（立教大学3年）

純白のファーコートは、ビジューのボタンがキラキラ輝いて素敵♥　彼からも「キレイだね」っていわれちゃった。プランタンのセシルマクビー ファビュラスで15,000円くらいでした。

## NOTカジュアルなチェックワンピも高支持率

落ちついた色合いやバルーン、スなど、女のコらしさがギュッとつまったチェックワンピが主流で



TOKYO

白コートと合わせて大人っぽさを底上げ！

大槻典子さん（青山学院大学4年）

カジュアルになりがちなチェックシャツワンピも、大人めカラーを選べば上品にまとまります。シャツワンピは、titty & Co.で約8,000円でした。デイシーで約30,000円だった白コートと合わせて、清楚な雰囲気をさらにアップ！



TOKYO

辛口ライダースでイイ女スタイルに

水野佑彩さん（立教大学2年）

チェックのワンピースはライダースと差し色パープルのバッグで80'sに味つけ。ブリブリなコーデより男のコから評判がいいんですよ。snidelで約15,000円でした。



TOKYO

ふわアウターを合わせて王道モテコーデに♡

リッチミーニューヨークのグレーチェックワンピは、約20,000円で購入。すそがバルーンになっていて可愛いんです♥　アンティローザのもこもこカーデと合わせてガーリーに。

# おしゃれBOOM☆ ベストHit 5

大なものだから、いち早くCHECKしてみて！

ファビュラス セルシマクビー

## Fabulous CECIL McBEEの ビジューつき ファー帽子が メンズウケ↑↑と評判!!

ビッグリボン、キラキラなビジューで存在感バツグン！　そんなキュートなファー帽子に思わず男のコも目を奪われちゃうってウワサ♥



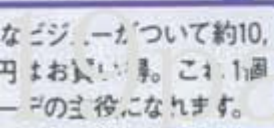
筧沙奈惠さん
（立教大学4年）

大きすぎ!? ってくらいのビッグリボンとビジューが意外と相性がいいんです。



典子さん
学院大学4年）

なビジューがついて約10,
円はお買い得。これ1個
ーデの主役になれます。



いま買うなら
クマタン×ニット
アイテムがオススメ



↑（右）ニット帽 4,095円、（左）黒ニットトップス 8,295円／ともに♥c（w♥cヘッドオフィス）

ニットワンピにキャラものっていうギャップにやられました。ビッグサイズのクマタンが可愛い♥　ゆるいシルエットも着ていて楽なんです。8,000円くらいで渋谷109でGET！

千葉由佳さん
（二松学舎大学4年）



星千尋さん
（アパレル勤務・20才）

かごバッグを探していたんだけどクマタンの可愛さにひと目ボレGET♥　ファーやボンボンがついて約13,000円とお買い得！　Joiasのミリタリーブルゾンでカジュアルコーデ。

Hit 2

## ちなってぃープロデュース w♥cのクマタンアイテムに ハマるコ増殖中!!

ダブルシー

若槻千夏さんがプロデュースするブランドw♥cが早くもBOOM！　特に人気はゆる〜いデザインが可愛いってウワサのクマタン。

ガーリー素材&テイストに熱愛♥

# TOKYO

人気ブランドを指名買いするコがいっぱいだった東京。キャラ、キラキラ、ふわふわなど、女のコなら胸キュン♥なアイテムたちもランクイン！



石井浄未さん
（成城大学4年）

足の長い
ォックスファー
リッチでしょ



水野佐彩さん
（立教大学2年）

キラ×2デコレーションに負けない存在感！

カイラニ

## Kai LaniのBIG ファーチャーム がみんなのケータイを占拠!!

ケータイよりもお目立ちなBIGファーチャームがかぶりまくり！　カラーバリエも豊富だからお気に入りなものが見つかるよ。お値段は約6,000円。



〜いジャー
ットカラーも
インナップ

八木麻衣子さん
（上智大学4年）



青木真由さん
（青山学院大学3年）

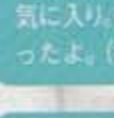
まん丸シルエットがみんなのハートをわしづかみ



私も買った！
ノーカラージャケットを購入。上品なチェック柄がお気に入り。約15,000円だったよ。（大槻典子さん）



私も買った！
チェック柄ポンチョをGET。意外な柄のポンチョが可愛いってみんなにいわれるの。（川本彩さん）



伊藤友里さん
（立教大学4年）

Aラインシルエットで1枚でお人形っぽく可愛くなれちゃうのがうれしい。インナーはタイトなタートルニットでラインを強調。そでやすそのファーもゴージャスでお気に入りポイント。12,000円くらいだったよ。

Hit 3

シーシークロス

## C.C.CROSSの チェックコートが伝染中!!

シルエットやファーMIXでほどよい甘さのC.C.CROSSのチェックコートがスマッシュHIT！　人気は黒×グレーの大人め配色。



値段もサイジングもジャストフィットでうれしい！

平有紀子さん
（大妻女子大学3年）

胸元切り替えのレースとリボンのあしらいが上品で可愛い。これで6,000円くらいのお値段はお買い得。タイトなシルエットでスタイルよく見えるのもうれしいポイント。

Hit 1

ベベローズ

## beberoseのワンピ が東京で売れまくり！

レース、リボンなどひと目ボレなワンピがいっぱいとウワサなのがbeberose。お手頃価格でGETできちゃうのも人気の秘密です。



レース素材で春まで使えちゃう！

↑白ワンピース 6,195円／beberose



ツイード素材で大人SWEETな雰囲気になれる

→ピンクワンピース 6,195円／beberose

Part 06

# 東京 vs 関西 ご当地

このページではSNAPでわかった東京&関西のオリジナルBOOMにクローズアップ。これから全国的に流行す




## Hit 3 TORY BURCH（トリー・バーチ）のおしゃれブーツ愛用者が多発!!

個性的な服でコーデする分、足元はシンプルな美脚ブーツが多いのが関西。ご指名はハイブランドのTORY BURCH！





約50,000円と少し高めなTORY BURCHのブーツ。でも上品なブラウンでどんなコーデにも使えちゃうからむしろお得。はいていて楽なのもうれしいポイント。後ろの金具のロゴもおしゃれでしょ！





20,000円くらいで買ったMERCURYDUOのライダースにボリュームがあるからショーパン&美脚ブーツで全身のメリハリをつけてみたよ。さりげないステッチがお気に入りのブーツは40,000円くらいで購入。

## Hit 1 Chesty（チェスティ）の個性派デザインワンピに

キラキラなビジューや刺しゅう入りが可愛いってウワサのChesty。フォークロア×ガーリーディテールのワンピをみんな指名買い中。




Chestyのワンピ……000円くらい。エ……ク調の刺しゅう……て個性的なデザ……がお気に入り。……ースの胸元から見……キラキラのビジュ……今日のコーデのこ……ポイントです。



ツイードはこの冬人気だけど、フラワー刺しゅうでヴィンテージっぽいのはなかなかないでしょ!? お値段は20,000円くらい。1枚で着ないでシンプルニットとレイヤードさせて上品にまとめてみたよ。

## 可愛かったらプチプラからハイブランドまで♥ KANSAI

元関西有名読（モ）がプロデュースするChestyやhinahinaもこの冬HIT！ハイブランドものからプチプラまで、可愛ければ値段は関係ナシ！なのが特徴。

## Hit 2 ニットポンチョが関西ファッショニスタの冬の定番デス♪

着こなしが難しいポンチョは本気のフォークロアものではなく、コーデに悩まない無地タイプが人気。




約9,000円で買ったZARAの無地ニットポンチョを愛用中。着回しやすさも◎。（林香里さん）



ドレスラウンジというブランドのニットポンチョ。フロントのトグルとゆるいシルエットが可愛くて約20,000円で購入。ニットワンピのすそに入ったゴールドのラメがさりげないおしゃれポイント。

## Hit 4 hinahina（ヒナヒナ）のアクセは1人2〜3個持ってた！

エスニックハワイアンをテーマにしたアクセブランドが人気。こなれたヴィンテージスタイルの小物合わせに使っているコを多数発見！













## Hit 5 みんながヘビロテ中のUNIQLO（ユニクロ）のアーガイルニットを指名買い!!

シンプルで使いやすいユニクロは人気だけど、特に関西でHIT中なのはアーガイルニット。ミニマムなサイズ感も人気の理由です。

約2,000円と値段はもちろん、ユニクロのアーガイルニットはシルエットもキレイ。色違いでネイビーと2色持ってます！ ベレー帽はシャネルで約70,000円。HIGH & LOWのMIXスタイルに挑戦してみました（笑）。




このユニクロのアーガイルニットは2,000円くらいと激安！ ライダースジャケットとグレーデニムでCOOL系にまとめたよ。インナーにアーガイル柄を合わせることで、ほどよい可愛さをキープしてみました♪

# 先どりおしゃれ丸わかりList



## CD Data
- ●ニットガウン…Ravijour (約9,000円)
- ●グレーワンピ…snidel (約5,000円)
- ●レースワンピ…古着屋 (約9,000円)
- ●ビーズバッグ…Ravijour (約8,000円)
- ●ブーツ…忘れました (約16,000円)

Ravijourプレス
小嵜幸恵さんは

## きゃしゃレース素材をCDにMIX！

「春もヴィンテージブームが続きそうなので、レースアイテムを冬コーデにMIX。レースの部分使い、きゃしゃな素材などひかえめなものをチョイスして季節はずれにならないように注意。」

プレスチームでもカブりまくり！

### お気に入りのレースアイテムはコチラ！




↑「星柄ホールターネックワンピは約6,000円でRavijourのもの」
→「Languageで買ったサテンロンパースは約19,000円」
↑「FREE'S SHOPで約20,000円です」



冬マキシコーデにでかクラッチでマンネリ打破！

ネイリスト
土岐田麻美さんは

## 春小物を一点プラスします

「おしゃれはまず小物からとり入れる主義！ 明るいカラーのバッグや、コレクションしてる帽子でちょこっと春ニュアンスを演出します」

## CD Data
- ●ライダースジャケット…FREE'S MART (約10,000円)
- ●マキシワンピ…w♥c (約7,000円)
- ●クラッチバッグ…BEAMS (約15,000円)
- ●ブーツ…UGG(約30,000円)

顔まわりがパッと華やぐ！




### このコーディネートもお気に入り




→「ざっくりニット×デニムショーパンのMy定番コーデ。白&グレーのMIXニットに合わせて、中折れ帽も購入。合わせるだけでさわやかさがグッとUPします。帽子はジルスチュアートで買いました」



軽やかな印象のトップスで等身大の春シフトが実現

## CD Data
- ●ライダースジャケット…NINE (約50,000円)
- ●ドット柄トップス…DreAng (約10,000円)
- ●クラッシュデニム…KAWI JAMELE(約11,000円)
- ●クラッチバッグ…NINE (約15,000円)
- ●スエードブーツ…アンスクウィーキー(約60,000円)

SABONプレス
永田杏奈さんは

## 華やぎトップスで春ニュアンスをオン！

「アウターから華やかなトップスをのぞかせて、春らしさも女っぽさもGET！ 顔まわりがパッと明るくなるインパクト柄や春色のトップスは、冬→春のスイッチ時期に重宝しますね。」




### このコーディネートもお気に入り！




→「ともすると男前に見えそうなテーラードジャケットのインナー選びは慎重に。ピンクサテン&レースの異素材トップスはさりげなく春が主張できてGOOD。デニムショーパンはLee×Cherのもの」

# Part 07 青山リッチーズがお披露目

常にトレンドの最先端にいる青山リッチーズの冬コーデを CHECK！　すでに春ニュアンスがプラスされたコーデは、マンネリ打破にも使えるテク満載です。



春色MIXのレイヤードワザが光る上級コーデ

CD Data
- ●ロングニット…FREE'S SHOP（約15,000円）
- ●デニムシャツ…アメリカンイーグル（約4,000円）
- ●黒ロゴTシャツ…FREE'S SHOP（約6,000円）
- ●グレーキャミワンピ…ROSE BUD（約4,000円）
- ●ボーダーレギンス…アメリカンアパレル（約4,000円）
- ●バッグ…シャネル（約200,000円）
- ●ブーツ…SEE BY CHLOÉ（約86,000円）

スタイリスト
## 樋口かほりさんは冬のデイリーCDをベビーピンクでリフレッシュ！

「冬ワードローブで、先どり感をアピりたいならベビーピンクを投入するに限ります！　さらにベージュや茶系小物をかけあわせればパッと見春コーデのできあがり。」



CD Data
- ●ファーコート…Gabriel（約50,000円）
- ●オールインワン…Gabriel（約15,000円）
- ●バッグ…バレンシアガ（もらいもの）
- ●パンプス…セヴン・トゥエルヴ・サーティ（約24,000円）

ブレイク確実のテロ素材デニムで即トレンドセッター！

DEARA&Gabriel プレス
## 佐藤優里亜さんはうす色デニムを投入してトレンド先どり！

「テロッとした薄手の NEW デニムをすでに愛用中です。展示会でも大人気でオーダーが殺到！　リッチなファーコートをはおれば寒くないし（笑）、ほどよく上品にキマります。」



アウター以外は早くも春もの！おしゃれは気合いです

beberoseディレクター
## 上津原由貴奈さんは春ワンピを主役にCD

「トレンドものは早くとり入れてナンボ！　No.1の売れ売れアイテム・ワンピの新作を春まで待ちきれなくて着ちゃいました（笑）。ブーツも合わせて春仕様にチェンジします。」

CD Data
- ●ファーコート…beberose（約30,000円）
- ●ワンピ…beberose（約6,000円）
- ●バッグ…バレンシアガ（約200,000円）
- ●ブーツ…beberose（約6,000円）

コレもヘビロテしてます



レア感がお気に入り！ミネトンカのピンクブーツ



美脚効果も抜群！miu miuのオープントウ

### このコーディネートもお気に入り！



→「moussy のピンクストールと、アニマル帽の配色がポイント。カントリー調のコットンブラウスとレイヤードすると、春トレンドを先どりした感じに見えますよ。手持ちのアイテムで挑戦してみてね」

ボーダー×デニムの冬定番コーデを小物で一新！

タートルとレイヤードして活躍中！

### お気に入りのデニムはコチラ！



モデルさんのキープ率も高！

↑「着やすさもバツグンのコンビネゾンは約15,000円でDEARA のもの」



春になったらシフォンブラウスと合わせたい！

←「シルバーのヒョウ柄がおしゃれなスキニーは DEARA で約18,000円です」



手持ちボトムも春らしくチェンジできる！

↑「DEARA で約20,000円のジャケットはノーカラーできれいめに着られます」

春のデートに絶対に着たい♥

### お気に入りの春ワンピはコチ…



花柄とジップの甘辛MIXがツボ

↑「カラフルな花柄ワンピは約7,000円で beberose のもの」



1枚持っていてソンなし！のシフォンワンピ…

→「レースが華やかなワンピは beberose で約7,000円」

センターレースで着やせ感もバツグン

←「ベビーピ…ュートなワン…rose で約6,0…

# 流行りものをピックアップ！

公開！　口コミで激売れしてる注目コスメから、バッグの中身まで全部見せちゃいます♥

## 4 ママのおさがり風♡ 小物のアンティーク化がノンストップ！

テージスタイルがブームの今、小物入れるコが急増中！　なつかしリッ物が女子を占拠してマス☆

### では jouが人気！



つけるだ ージャス感 （美山ち ） ujouのビ ろんとし のが好き」 さん）





ヴィンテージワンピのおしゃれ度もアクセでぐんとUP↑↑

### ツもレース♡



snidelで　約15,000円。レースだから女らしさをアピるのに◎なんです。（梅谷安里さん）




ビジューな小バッグにひと目ぼれ。パールで存在感もアップ。（千葉由佳さん）

## 5 もはや常識なんデス！ 巣ごもりビューティー 3大トレンドはコレ！

基礎美容からネイルまで、Ray読者のおうちはサロン状態。簡単＆即効、さらに毎日続けられるのが人気の秘密です。

### 美肌キープのヒミツはイオンスチーマーにあり！



←イオンスチーマー ナノケア EH-SA91 オープン価格／パナソニック



↓「化粧のノリが全然違うのでおすすめです」（上村瑞保さん　メーカー勤務・26才）



↑「毎晩洗顔後の習慣にしてたら、毛穴が引き締まったのを実感」（石井浄朱さん）

### うちジェルネイル プチプラ！ 満足をゲット！





デコるのが得意。プロみたいっていわれるとかなりうれしい（笑）。（小野塚詩媛さん）



サロンよりプチプラなのがイイ！（小林真由さん　青山学院大学2年）

足のいく好きなデザインにでておうちネイルが好き。繰りちにコツもつかんで上達しま（水野佐彩さん）

### ストックパックで美肌偏差値を日々、更新中！



↑「新商品が出たらすぐに試します。パッケージの可愛さや香り重視で選んでます。お気に入りシリーズは美肌一族」（ファン・ネアさん）

## 1 ビューティーグッズは携帯できなきゃ意味ナシ!!

いつだってキレイでいたいっていうのが乙女心。Ray読者がバッグの中に入れて持ち歩いてるのはどこででもキレイを作るこの2つ！コンパクトサイズはもちろん、機能性もばっちり。

### 完璧ヘアをお約束♥ アイロン族




←「外出先でも短時間で髪を直せるから愛用中。友達と会う前に使ったり、学校にもしょっちゅう持っていってます」（黒坂優香子さん）




↑ツヤグラパーフェクト カールアンドストレートヘアアイロン〈上から〉バージンホワイト、ミッドナイトネイビー 各12,800円／プライム ショッピング

### むくみは女子の大敵！ ローラー族







→「顔はメイク前に使うとほっそりする気が。脚もむくみにくくなって、家だけじゃもの足りなくて持ち歩くようになりました」（青木育日さん）

## 2 やっぱり香里奈売れ！ カロリーメイト メープル味

1983年の発売以来、親しまれているカロリーメイトにメープル味が登場！　香里奈の広告も評判を呼び、大ブームになってます！



大塚製薬 広報 喜来正さん

香里奈さんをCMに起用してから、前年より20%以上アップの勢いで売れています。広告が可愛いとの声も多数いただいていて、10代の支持も熱いよう。ほのかな甘みでおやつ感覚で食べられるのも、人気の秘密です！







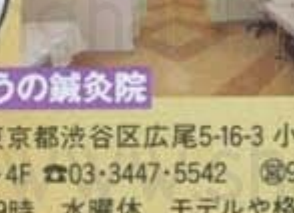



↑カロリーメイトブロック メープル味 210円／大塚製薬

## 3 むくみ知らず女子は美容鍼をヘビロテしてた！

ビューティー通が最近ハマってるのが美容鍼。1回でも効果が得られて、顔が引き締まるとのウワサ。リピート率も高いんです！

ちなみに




**こうの鍼灸院**

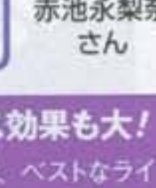
●東京都渋谷区広尾5-16-3 小安ビル4F ☎03・3447・5542 ㊎9時〜19時　水曜休　モデルや格闘家も多数通っている評判の鍼灸院。ていねいなカウンセリングも魅力。

### プリ♡クラでも通い始めるコが急増中!!



平有紀子さん

通い始めて肌質が変わりました！　しっとりして、肌がきめ細かくなった感じ。化粧ノリもよくなってメイクがますます楽しい♥



赤池永梨奈さん

月2回のペースで通ってます。2カ月たって行く前より断然小顔に！　肌荒れも治ったし友達にもよく紹介してっていわれます。

### What's 美容鍼!? リラックス効果も大！

顔をデザインするように鍼を打つので、ベストなラインを作り、キープできます。鍼を刺す痛みは個人によりますが、眠ってしまう人もいますよ。ぜひ試してみてください（麻布ハリーク 代表・岡本さん）。



# 番外編 まだまだ知りたい！巻でウワサの

おしゃれのことはもちろん、Ray 取材班が街で見つけたニッチなネタを一




## 自まつ毛派

← ウルトラ ボリューム コラーゲン 01 1,680円／ロレアル パリ

穂刈さんの愛用マスカラはコレ！



ふさふさまつ毛が簡単に作れちゃいます♥

穂刈詩織さん

コラーゲンマスカラが続々と出てマス！

## 8 美まつ毛界の2大巨頭にも新トレンドの波来る!!

EYE メイクのポイント、まつ毛。マスカラやつけまも進化中です。コラーゲンマスカラや、挑戦しやすい部分つけまなどが今、人気！

↑ボリューム エクスプレス マグナム ウォータープルーフ 1,260円／メイベリン ニューヨーク

## つけま派

→ ヒロインメイク インパクトアイラッシュ 03（ボリュームロング）630円／キスミー（伊勢半）




人気No.1はヒロインメイク

つけるだけで、すぐにドーリーな目元になれます。消耗品だからプチプラなのもうれしい！ プリ♥クラメンバーでも流行ってます。

千葉由佳さん

## 6 アレンジバリエの助っ人!! ヘッドアクセ 2大トレンドは リボン と ローズ

ヘアアクセ人気は依然とまらず！ その中でも支持率が高いのはリボンモチーフのもの。大ぶりローズが NEXT BOOM の可能性大！

### バリエもますます増えてるリボン



↑「雑貨屋さんで約2,000円。手ざわりもすごく気持ちいいんです」（黒坂優香子さん）

→「レース素材×ラメのコンビで可愛い。約2,500円」（小川恵理子さん&平林玲美さん）



Plush&L… シュシュがかぶりまくり

あったか素材のもこもこシュシュ☆



→「手作りっぽい立体リボンが可愛くて気に入ってます」（林香里さん）

カチューシャも大胆リボンつきに進化！



→「メイドさんっぽい（笑）ビッグリボンがめずらしくて即買い」（坂梨亜里咲さん）

### 大ぶり人気がとまらないロー

全身コーディネートのポイントに使ってます♥



→「Edie という[illegible]約1,300円で購入。アクセとしてつけてもインパクト大」（斉藤梓さん）

みんなの視線をひとり占めしそう！



↑「パーティーっぽいのに、いにもばっちりなのでヘビロます。DazzliN' で約2,000円（階戸瑠李さん）

## 9 パワーストーンのおしゃれ使いがポイント

運気 UP はもちろんデザインも可愛い！と人気上昇中のパワーストーン。好きな石を組み合わせてオーダーメイドで頼むコも多いんです。



〈右から〉天然石ブレス 1,575円、3,850円／ともに STONE MARKET

どんな服にも合う色合いがお気に入り



↓「恋愛運の石が自分の好きな薄ピンクだったので、即買い。もうすぐ就活だから仕事運のも買おうか迷い中です」（水野佐彩さん）



恋愛運が願いごとNo.1

←「代官山の namu- というお店で約4,000円。カウンセリング後に作ります」（川本彩さん）



読者人気No.1 Shopは…

**STONE MARKET 青山通り店**

●東京都渋谷区渋谷1-1-6 エムエフ青山内 1F ☎03・5485・7737 ㊡11時〜22時 12/31〜1/3休 世界中から集められた天然原石が多数そろっています。シルバーアクセも充実。

ホワイトを中心に、何種類か組み合わせて注文。意味よりデザイン重視で選びました（笑）。

大槻典子さん





将来が充実するという石を組み合わせてもらいました。ミルキーな色が私好みです。

伊藤友里さん

## 7 ローソンのウチカフェスイーツ Uchi Café SWEETS どこでもおいしいティータイム

リッチなおいしさで、売り切れ続出中のウチカフェスイーツ。プレミアムシリーズが人気です！ 新商品は毎回チェックしてるってコも多かったよ。




口の中でとろけるやわらかさ♥

### 読者人気No.1 プレミアムロールケー

スポンジのふわふ感にハマり中。最1日1個は絶対べすぎて太りそう

冨張愛さん

### 読者人気No.2 プレミアムエクレア

はみ出るくらいたっぷりのクリームで食べごたえ十分。上のアーモンドが食感にアクセント。

山口紗代子さん

W使いのクにハマる！



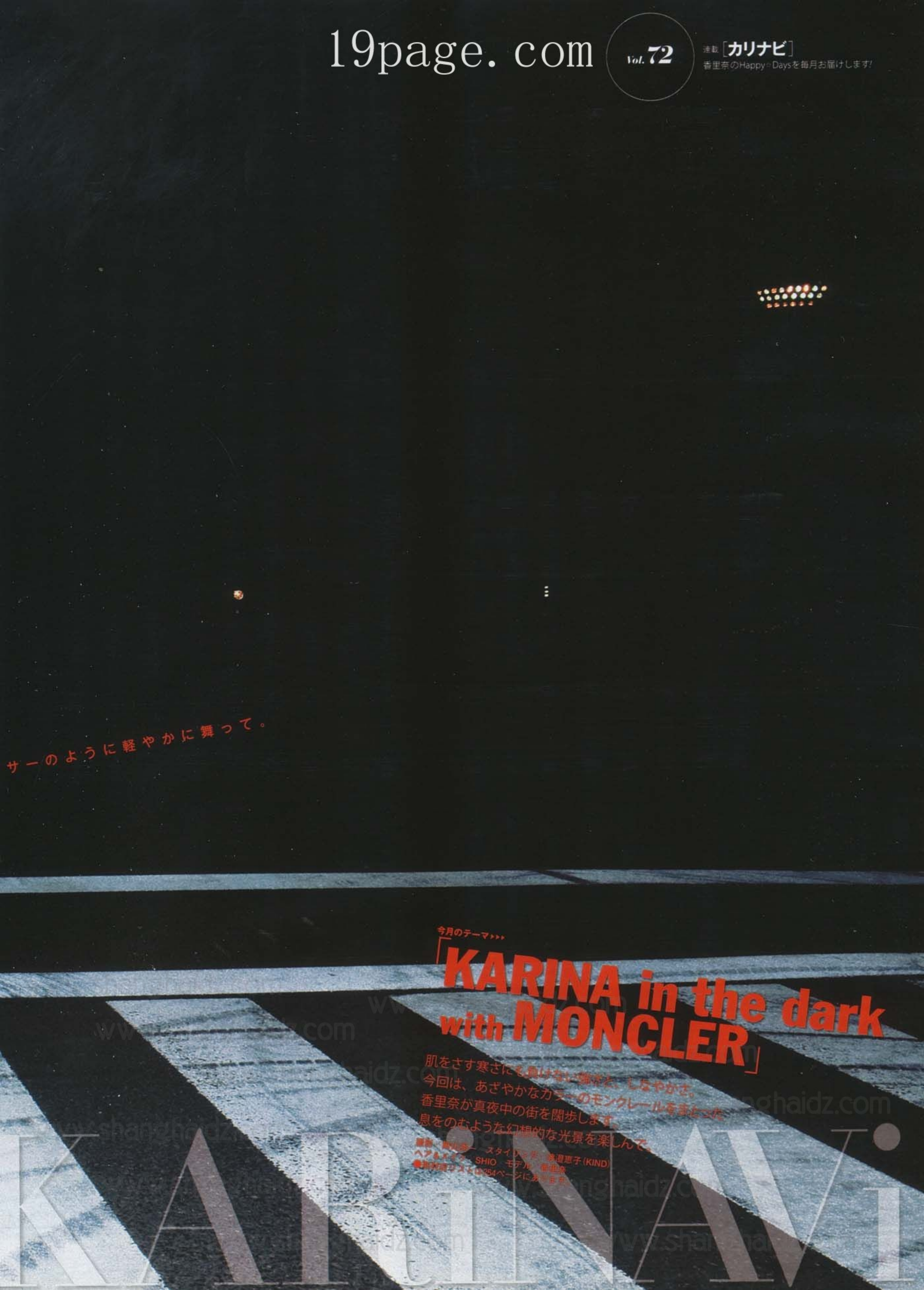

さくさくの生地とクリームが好相性




### 読者人気No.3 プレミアムシュークリ

生地のさくっとし感となめらか&濃クリームのギャやられちゃいまし

八木麻衣子さん



サーのように軽やかに舞って。

今月のテーマ▸▸▸

# 「KARINA in the dark with MONCLER」

肌をさす寒さにも負けない強さと、しなやかさ。
今回は、あざやかなカラーのモンクレールをまとった
香里奈が真夜中の街を闊歩します。
息をのむような幻想的な光景を楽しんで。

撮影・[illegible] スタイリング・渡邉恵子（KIND）
ヘア＆メイク・SHIO モデル・香里奈
●衣装問い合わせ先リストは254ページにあります



KARiNAVi



“**ダウンベスト**って一瞬着こなし方が
難しいけど、露出できる
部分が多いから逆にCDのバリエが
広がるって思うんだ。
**キュートな赤チェック**が効いてるでしょ。”

夜の街を支配て



赤チェック柄ダウンベスト 94,500円、チェック柄マフラー 49,350円／ともにMONCLER（モンクレール ジャパン） 上にはいたチュチュスカート 3,990円／JAYRO white 下にはいた白チュチュスカート 6,825円／DURAS ambient 黒ロンググローブ 19,425円／Language（Language六本木ヒルズ店） 黒ニーハイブーツ 12,390円／REZOY渋谷109店



**ダウンジャケット**×デニムの
王道カジュアルもまんまはつまんない。
だったら、ヘア＆メイクをいつもより
**グラマラス**にするとか
何かしらで**女らしさ**を盛りたいな。

止まり木で休む小鳥のように息をひそめてひっそりと――

ファーつきグリーンショートダウン 147,000円／MONCLER（モンクレール ジャパン） 黒ムートンブーツ 6,825円／Barbie デニムパンツ／スタイリスト私物 デニムはクラッシュタイプをチョイスして抜け感メイク。



“Wボタンのダウンって珍しいよね!
どカジュアルにならないよう
ピンクダウンの存在感に負けない
スパンコールタンクで
ドレッシーなトップスCDに。”

休んだら、また歩き出す。その繰り返しが大事だから。

**香里奈へのお便り**
**お待ちしています**

香里奈へのファンレター
「KARiNAVi」上で香里奈
やってほしいことなどな
どしどしお送りくださし
あて先は〒101-8911東京
千代田区神田駿河台2-9
主婦の友社Ray編集部
「KARiNAVi」係まで。
たくさんのお便りお待ち
ていま〜す♡

ピンクWボタンショー
ウン 149,100円/MON
R(モンクレール ジャバ
ゴールドスパンコールタ
7,245円/ROYAL PART
デニムホットショート
ツ 19,800円/MET(米
事)黒ニーハイブー
490円/BABY PURE(
ボル)

19page.com

# 私服でお届け! イベント満載 30days

*Midori's Event*

「碧ちゃんの私服が見たい!」そんなリクエストにお応えするため、碧のプライベートな30日間に密着。すぐマネできる、碧のおしゃれテクが盛りだくさん! 楽しいイベントが目白押しの年末に向けて、おしゃれの参考になること間違いナシです!

## 碧の基本ワードローブはこちら!

*Wardrobe*

**…TS®**
**…ズド風Gジャン**
…コートの下に着…チェックシャツ…たりレイヤード…ビロテ中です!

ジル バイ ジル スチュアート
**JILL by JILLSTUART**
**レオパード柄ファーコート**
➡撮影中にひと目ぼれし、お店に直行しました。派手すぎないレオパード柄がお気に入りポイントです。

…ルズ マーケット
**…E GIRLS MARKET**
**…ヤーブラウス**
…ガールズマーケ…コットンブラウ…すぎないデザイ…ポで指名買い。

ガブリエル
**Gabriel**
**ハイウエストパンツ**
⬅美脚シルエットが気に入り購入。マニッシュなサルエル風デザインに胸キュンです♪

ダズリン
**DazzliN'**
**チェック柄シャツ**
⬆展示会で色合いが気に入って即購入。腰に巻いたり、はおったりと着回しにもお役立ち!

…ラウン
**…DEO CROWNS**
**…イズデニム**
…きりしたウエスト部分と、ほどよいリラ…感が優秀。キレイめカジュアルに必須。

クロエ
**Chloé ボストンバッグ**
⬇どんなコーデにも差し色として使える便利カラー。普段使いに重宝するコンパクトサイズ。

ミュウミュウ
**MiuMiu**
**ショルダーバッグ**
…ヴィンテージLOOKに合わせて購入。使いやすいカラーと、個性的なビジューがお気に…。

ルイ・ヴィトン
**LOUIS VUITTON**
**ヒョウ柄バッグ**
⬅広告ヴィジュアルでひと目ぼれして購入。持っていると、必ずほめられる自慢の一品。

…ンサ
**…PERANZA**
**…ジニアブーツ**
…yの撮影で何度か…て気に入ったので、…い取り。この冬、…りヘビロテ中。

ミュウミュウ
**MiuMiu**
**ピンクパンプス**
➡Rayの撮影でハワイに行ったときに購入。キレイなピンク色はデニムにさりげなく合わせたいな。

## 1 day

*Midori's Event*

**仕事帰りにベリーダンスのおけいこへ**

2年前から続けているベリーダンス。ダイエットにもストレス発散にもなるからお気に入り! くびれをKEEPする秘訣なんです♪



お目立ちボーダーカーデは1枚でトレンド感を投入

★黒×白ボーダーカーデ:rienda (バロックジャパンリミテッド) で7,875円 ★白タンク:moussy (バロックジャパンリミテッド) で2,625円 ★黒ハイウエストパンツ:Gabriel (DEARA&Gabriel) で購入。値段は?? (基本のワードローブ) ★カチューム:お世話やで1,365円 ★バッグ:MiuMiuで約10万円 (基本のワードローブ) ★パンプス:MiuMiuで約4万円 (基本のワードローブ) ★サングラス:SBY109店で3,045円 カチュームをつけて、アクティブコーデも女のコらしく!

## 2 day

ネイビー×ピンクの大人可愛い配色コーデ



*Midori's Event*

**クリスマスパーティー用のプレゼント探し**

明日はクリスマスパーティー。プレゼント交換用のギフトを探しにロモのギャラリーストアへ。どれにしようかなぁ〜!?

★ビジューつきリブタートル:MERCURYDUOで5,985円 ★ボーイズデニム:RODEO CROWNS (バロックジャパンリミテッド) で17,640円 (基本のワードローブ) ★フープピアス:DURASで1,575円 ★マフラー:DURASで8,190円 ★ツイードチェーンバッグ:ValenTine's High新宿ルミネエスト店で8,295円 ★チェック柄パンプス:SBY渋谷109店で5,145円 チェック柄パンプスで足元から上品さをアピール。

撮影/曽根将樹 (PEACE MONKEY・モデル分)、石沢義人(静物分) スタイリング/樋口かほり(KIND) ヘア&メイク/木部明美 (PEACE MONKEY) モデル/葛岡碧 撮影協力/café 246

●取材店リストは254ページにあります。



3 day

*Midori's Event*

**お友達が主催する盛大なクリスマスパーティーへ**

いつもよりおしゃれしてディナー&プレゼント交換。久々に再会した友達もいて、大盛り上がり！ そのまま二次会へLet's go♪

上品リッチなファー帽子で
お目立ちパーティースタイルに

Midori's Fashion Point

**リッチ小物でアクセントをプラス！**

モノトーンコーデは、華やかなファー帽子やゴールドクラッチをプラスするのが碧流。

★テーラードジャケット：DURASで14,490円 ★レースMIXキャミワンピ：Language（Language六本木ヒルズ店）で18,900円 ★ファー帽子：?? ★パールネックレス：井筒屋で1,575円 ★クラッチバッグ：C.C.CROSSで9,870円 イベントに欠かせないパールネックレスは、超ロングタイプをチョイス。シンプルな華やかさをプラスしてくれます。クラッチバッグとファー帽子は同じ色みで合わせて、統一感を計算。

碧の



# 4 day

*Midori's Event*

**久々のお休みは**
**友達とハワイ旅行へ出発！**

年末のあわただしさを少しだけ忘れて、ハワイへ。フライトの待ち時間に、友達とどこへ行くか計画中。ガイドブックを見ているだけでテンションUP！

エアリートップス×スキニーで
黄金のふわピタバランスを実現

*Midori's Fashion Point*

**機内でも楽ちんな計算ずくスタイル！**

フレヤーそでのコットンブラウスで長時間のフライトも疲れ知らず。ストールで防寒対策もバッチリ！

★フレヤーブラウス：LOVE GIRLS MARKETで購入。値段は??(基本のワードローブ) ★スキニーデニム：Gabriel（DEARA&Gabriel）で16,800円 ★花柄ストール：アルバローザ（アルバローザ ジャパン）で10,290円 ★ピンクストール：レストローズで3,360円 ★ピアス、リング、ブレス：Ridomy（セルリア） ★バレエシューズ：Jeffrey Campbell（LA☆CELEB）で14,700円 旅行のときは、フライト中でも楽ちんなフラットシューズをセレクト。華やかさをアピールしたくて、ロングストールの2本づけにトライしてみました！

# 5 day

*Midori's Event*

**ハワイのアラモアナでショッピング三昧！**

★花柄ブラウス：Language（Language 六本木ヒルズ店）で14,490円 ★ニットタンク：Gabriel（DEARA&Gabriel）で10,500円 ★ボーイズデニム：2dayと同じ ★チェーンバッグ：DelilaHで8,295円 ★パンプス：Xmiss（エスシステム）で14,700円 ボーイズデニムには、パンプスを合わせて女のコらしく格上げ。小物は同系色でまとめてすっきり見せて、鮮度もUP。

# 6 day

*Midori's Event*

**マリンスポーツを楽しんだあとは、まったり海辺をお散歩**

★ニットガウン：Gabriel（DEARA&Gabriel）で13,000円 ★Tシャツワンピ：MERCURYDUOで5,250円 ★レギンス：DURASで3,990円 ★帽子：1dayと同じ ★バッグ：Chloéで約13万円（基本のワードローブ） ★バレエシューズ：4dayと同じ リラックスしたカジュアルコーデに、さりげなくブランドバッグを合わせる"セレブ風"にトライ。ファー帽子でニュアンスもプラス。

# 7 day

*Midori's Event*

**弾丸トラベルを終え、ハワイから帰国。癒されたー♪**

★フレヤーブラウス：4dayと同じ ★パープルスキニー：DURAS ambientで9,975円 ★ヒョウ柄ハット：?? ★バッグ：1dayと同じ（基本のワードローブ） ★ウエスタンブーツ：pure soeur（イーボル）で12,390円 ブーツインスタイルをフレッシュに見せる、パープルのスキニーパンツがポイント！ 甘コーデにマストな辛口スパイスはヒョウ柄帽子でON。

## 11day

Midori's Event

親戚のおうちへ新年のご挨拶へ。お年玉をあげてお姉さん気分

★ファージャケット：DazzliN'で52,290円 ★スエットワンピ：DURAS ambientで6,825円 ★レーストレンカ：忘れちゃった ★バッグ：6dayと同じ ★バレエシューズ：4dayと同じ ちょいセクシーな黒レーストレンカは、フラットシューズでほどよくヌケ感を演出。キメすぎず親しみやすさを意識するのが碧流コーデのルールです！

## 10day

Midori's Event

新幹線で仙台へひさびさの帰省。みんな元気かなぁ!?

★タートルニット：ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店で2,940円 ★チェックパンツ：エゴイスト渋谷109店で10,290円 ★サングラス：SBY渋谷109店で3,045円 ★マフラー：2dayと同じ ★バッグ：DURASで11,340円 ★パンプス：rienda（バロックジャパンリミテッド）で13,440円 大人なモノトーンのパンツコーデには差し色小物で遊び心を演出！

## 9day

Midori's Event

Rayモデルと忘年会。ラストはみんなでカラオケへ！

★レオパード柄ファーコート：JILL by JILLSTUART で31,500円（基本のワードローブ） ★レースワンピ：MERCURYDUOで15,750円 ★バッグ：オーバータッシェ渋谷109店で3,675円 ★ブーツ：pure soeur（イーボル）で12,390円 総レースワンピ×ファーコートの大人リッチなヴィンテージスタイルは、ウエスタンブーツでほどよくカジュアルダウン！

## 8day

Midori's Event

海で傷んだ髪をトリートメントしにZACCへ

★コート：SLY（バロックジャパンリミテッド）で22,890円 ★ワンピ：DURASで5,040円 ★サングラス：DURASで5,77… ★バッグ：SWORD FISH… OPA店で8,295円 ★ブーツ：セヴン・トゥエルヴ・サーティ（サン・トロペ コーポレーション）で45,150円 女度の高いニーハイブーツをはけば、カジュアルなミリタリーコートもキ…スタイルに。



辛口ハット×甘めスカートのMIXで
叶えるあかぬけカジュアル

## 12day

Midori's Event

**近くの神社に家族みんなで初詣へ**

家族でのんびり過ごすのは
ひさしぶり！ おみくじをひいたら
大吉が出ちゃった。なんだか、いいことが
起こりそうな予感☆

Midori's Fashion Point

フリルスカートで魅せる絶妙な甘辛バランス！

クールな黒ダウン×ダルメ柄帽子には、スイートなフリルスカートで女のコらしさをプラス！

★ダウンジャケット：MURUAで18,690円 ★Tシャツ：DURASで5,250円 ★ミニスカート：Snarlextraで7,245円 ★帽子：7dayと同じ ★かごバッグ：northcorner（Jolly Boutique）で14,700円 ★ブーツ：セヴン・トゥエルヴ・サーティ（サン・トロペコーポレーション）で45,150円 甘辛MIXなカジュアルコーデには、持つだけでガーリー度急上昇なかごバッグをオン！ 小物はベージュ系で統一。

## 16day

Midori's Event

ジュエリーデザインの資料を探しに古書屋さんへ

★ニットガウン：6dayと同じ ★チェックシャツ：DazzliN'で購入。値段は??（基本のワードローブ） ★Tシャツ：MURUAで5,775円 ★デニムショートパンツ：DURAS ambientで12,600円 ★帽子：Jel'emets solo（バロックジャパンリミテッド）で5,040円 ★ブーツ：13dayと同じ ハードなエンジニアブーツでこなれたマニッシュに！

## 15day

Midori's Event

高校からの友達とカフェでランチ。ガールズトークで大盛り上がり！

★ファージャケット：Rew de Rewで19,950円 ★ブラウス：SHINE BE MODELで8,295円 ★デニム：Karmel&Alden（LA☆CELEB）で24,600円 ★バッグ：7dayと同じ ★パンプス：1dayと同じ ショート丈コートとフレヤーパンツのメリハリ効果で美BODYバランスを計算！ 辛口すぎないダルメシアン柄はアクセントにもひと役。

## 14day

Midori's Event

Rayモ仲間のゆりと初売りセールへ。買いすぎちゃった～

★コート：BE RADIANCEで24,150円 ★デニンス：17℃ by Blundoll ルミネ北千住店で4,515円 ★マフラー：DURASで4,410円 ★バッグ：オーバータッシェ渋谷109店で3,675円 ★パンプス：ジル スチュアートで購入。値段は?? 女のコらしいピンクコートはボーダーストールで即旬顔に。動きやすいデニンスでアクティブモード全開。

## 13day

Midori's Event

地元の友達と新年会。ママになっ…いてびっくり！

★ワンピ：Smork（Smor… Language六本木ヒルズ店…16,800円 ★ライダー… mercuryLUX（MERCURYD…）で47,250円 ★ベレー帽：…詰やで2,940円 ★ブーツ：…PERANZA渋谷109店で13…円（基本のワードローブ） スタッズつきベレーとエン…アブーツでガーリーロック…イルの完成。



クシャツ：16day と
★Tシャツ：Durasで
★デニムハーフパ
URAS ambientで13,
★マフラー：Brown
2,940円 ★バッグ：
と同じ ★パンプス：
トゥエルヴ・サーティ
トロペ コーポレーシ
22,050円 アクティ
ニムスタイルは、女の
ピンクパンプスをチ
デニムパンツも短す
ハーフタイプを選べ
イめに着こなせます。

21 day

*Midori's Event*

日帰りで仙台のイベントへ。寝坊しちゃって、あわててタクシーに

19 day

*Midori's Event*

Rayの撮影後、今井りかちゃんとアロママッサージへ



★ノーカラージャケット：レストローズで16,800円 ★Tシャツ：DURASで4,725円 ★オールインワン：Smacky Glam (SANYO SHOKAI)で14,700円 ★サングラス：不明 ★ヒョウ柄ストール：LD primeで3,990円 ★バッグ：ルイ・ヴィトンで約18万円（基本のワードローブ） ★パンプス：FLAG-J渋谷109店で6,195円 お気に入りのヒョウ柄バッグに合わせて、ヒョウ柄ストールをプラス。リラックスモードなオールインワンもリッチスタイルにキマります。

★Gジャン：LEVI'S（リーバイ ストラウス ジャパン）で約15,000円（基本のワードローブ） ★タートルニット：min plume（プリュム・ジャパン）で4,095円 ★フリンジミニスカート：ROYAL PARTYで6,825円 ★ピアス：2dayと同じ ★チェックマフラー：お世話屋で3,045円 ★バッグ：Jack Rabbit（LA☆CELEB）で60,000円 ★ニーハイブーツ：8dayと同じ Gジャン主役の正統派スタイルには、ウエスタン調フリンジバッグを投入して即南国に。フリンジスカートも黒なら甘くなりすぎず着こなしやすい！

巻くだけで新鮮プレッピーなチェックストールがアクセント



17 day

*Midori's Event*

2010年の仕事初めはRayの撮影。お正月気分を払拭！

22 day

*Midori's Event*

CMのイベントトークショーの打ち合わせ



★マリンジャケット：Smacky Glam (SANYO SHOKAI) で17,850円 ★レースミニスカート：C.C.CROSSで9,870円 ★ボーダータートル：DURASで6,090円 ★キャスケット：エゴイスト渋谷109店で4,095円 ★バッグ：14dayと同じ ★ムートンブーツ：LA☆CELEBで買ったKettle Black。49,500円



24 day

*Midori's Event*

結婚したばかりの友達の新居へ訪問 お土産何にしようかな

ROYAL PARTYで
★ドット柄カッ
HINE BE MODEL
★ボーイズデ
RAS ambientで
★ファーベレー
イスト渋谷109店
★バッグ：8d
★バレエシュー
ズブリット（オン
山）で15,750円
丈コートからちら
ドット柄トップ
UTE。インパクト
色コートはプチプ
がマイルール。

23 day

*Midori's Event*

DJ用のレコードを代官山のレコード屋さんで探し中



★ヒョウ柄ファーコート：9dayと同じ ★Gジャン：17dayと同じ ★ボーダータートル：22dayと同じ ★ミニスカート：ROJITA渋谷109店で6,195円 ★バッグ：Jel'emets solo（バロックジャパンリミテッド）で10,290円 ★エンジニアブーツ：13dayと同じ Gジャンをサンドしたスイートヴィンテージスタイルに♪ 足元とバッグの小物合わせでハードスパイスを投入。



黒のレーストレンカでワンランク上のパーティーコーデに

★ファージャケット：11dayと同じ ★ベアワンピ：DelilaHで15,540円 ★レーストレンカ：11dayと同じ ★ベルト：Spiral Girlで4,095円 ★パンプス：14dayと同じ ★キルティングバッグ：Dazzlinで8,295円 大胆な赤の花柄ストライプワンピには、シックな黒のレーストレンカをセレクト。ハイウエストベルトでくびれメイクもGET！ 柄×柄の上級レイヤードテクにトライしました。

20 day

*Midori's Event*

Ray編集部が主催する新年会に参加

18 day



*Midori's Event*

友達が出演している舞台を鑑賞しにお出かけ

★コート：14dayと同じ ★レースTシャツ：Language (Language 六本木ヒルズ店)で7,245円 ★花柄スカート：titty & Co.新宿店で6,195円 ★ベレー帽：SWORD FISH心斎橋OPA店で5,145円 ★ニットかごバッグ：アルバローザ（アルバローザ ジャパン）で14,490円 ★ショートブーツ：REZOY渋谷109店で9,345円



旬のレイヤードテクで花柄ワンピもデイリーに

## 26day

Midori's Event

**撮影帰りにショッピングして、カフェでひと休み**

今日は早く撮影が終わったから、表参道でショッピング。歩き疲れて、カフェでほっとひと息ついてたら、偶然、友達に遭遇しちゃった！

Midori's Fashion Point

ダンガリーに白モヘアでフェミニンをプラス！

甘い花柄ワンピと白カーデの甘いコンビもダンガリーをサンドするだけでカジュアルダウン

★サテン花柄ワンピ：SHINE BE MODELで8,295円 ★ダンガリーシャツ：Language（Language 六本木ヒルズ店）で15,540円 ★白モヘアカーデ：Gabriel (DEARA&Gabriel) で12,600円 ★ピアス：2dayと同じ ★バッグ：SHINE BE MODELで6,195円 ★ロングストール：Browniebeeで2,940円 ★タイツ：?? ★ショートブーツ：エゴイスト109店で15,750円 甘くなりがちな、クラシカル花柄ワンピもほどよくカジュアルに仕上がります。



オールブラックコーデでお仕事モード全開♪

## 25day

Midori's Event

**ジュエリーブランド Ridomyの打ち合わ**

碧プロデュースのジュエリーブラ 新作の打ち合わせ。何回も 試作を重ねて、やっと理想のデザイ みんなつけてくれるといい

★オフショルニットワ アルバローザ（アルバロ ジャパン）で15,540円 ースア のニーハイブ charmant渋谷109店で 円 ★かごバッグ：12da じ ★カチューシャ：私 ゃった 全身黒コーデの は、シルエットで勝負す がルール！ 鎖骨見せの ショルには、ニーハイブ で露出バランスをセーブ した。



アニマル柄コートで魅せる大人めシンプルリッチ

★レオパード柄コート と同じ ★ロゴT：Ki garous (LA CELEB) で 円 ★パンツ：Spiral G 7,245円 ★ネックレス ayと同じ ★バッグ：D ambientで6,825円 ★ ブス：1dayと同じ ロン コート×スキニーです 美シルエットに。ロン クレスでIラインを強 スタイルUPを狙います

## 27day

Midori's Event

**海外ブランドのレセプションパーティー♪**

日本初上陸する人気ショップのオープニングパーティーにお呼ばれ！モデル仲間もたくさんいて、ついつい盛り上がっちゃった。

Midori's Fashion Point

レオパード柄 大人モノトーン すっきり見せ

インパクト大なレオパー トにはシンプルなモ ーンを合わせるの バランス！



座りっぱなしの日はレギンス主役の楽ちんコーデ

## 28day

Midori's Event

**行きつけの代官山 トゥーソレイユへ 春色にチェンジ♪**

上品シンプルなフレンチネイルがお約束。でも、たまにはビジューで変化をつけてみようかな。毎回来るたびにどうしようか悩んじゃう。

★ニットポンチョ：JILL by JILLSTUART で9,450円 ★ボーダーレギンス：DURASで3,990円 ★ファーベレー帽：エゴイスト渋谷109店で4,095円 ★ボアつきロングブーツ：デアディア渋谷店で13,440円 ポンチョが主役のシンプルなブーツインスタイルには、ファーつきベレー帽やボアつきブーツでこだわり感を演出！ レギンスもひとクセありのボーダーをチョイス。

# 29 day

*Midori's Event*

**大好きなSmorkの展示会で春物をCheck!**

今春はデニムアイテムが気になる。
どんなアイテムが流行るのかなぁ。
たくさんオーダーしたから、
届くのが楽しみだなぁ～♪

## チラリと見えるレースカーデで春のガーリーレイヤードの完成



Midori's Fashion Point

**マキシワンピはハードなブーツで引き締め！**

フェミニン度の高いマキシ丈ワンピは足元にハードさをプラスして甘くなりすぎをセーブ！

★Gジャン：17dayと同じ ★マキシ丈ワンピ：13dayと同じ ★レースカーデ：LHS blondy(blondy) で13,440円 ★マフラー：Jolly Days (Jolly Boutique) で8,925円 ★バッグ：6dayと同じ ★ブーツ：13dayと同じ ガーリーなマキシ丈ワンピのコーデには、ハードなエンジニアブーツ&かっちりバッグでほどよくカジュアルダウン。マフラーはたらすだけでなく、ぐるぐると首元にラフに巻くのがこなれスタイルへの一歩です！

# 30 day

*Midori's Event*

**今日もRayの撮影 春服を着ての外ロケも頑張ります♪**



★スエードジャケット：Smork (Smork by Language原宿店) で30,450円 ★チュニック：Language (Language 六本木ヒルズ店) で22,050円 ★ショーパン：DURAS ambientで12,600円 ★ファー帽子：3dayと同じ ★サングラス：ROYAL PARTYで5,145円 ★バッグ：14dayと同じ 春らしいベージュのスエードジャケットは、季節感もこなれ感も与えてくれるふわふわファー帽子がマストハブ！

*Did you enjoy it? I hope this helps*
*By Midori*

# monthly It News

photograph/
Rie Hishiya




↘Baby-G コラボウオッチ 16,800円 テレビ東京ブロードバンド



←EDWIN× スヌーピードール 全2種 各2,415円／ナカジマコーポレーション

## EDWIN× スヌーピードールは ジーンズ生地で作製!

EDWINとコラボしたスヌーピーはなんと
ジーンズ生地。表情の異なる２体で発売中!




←パールネ
スつきTシ
980円／un
n(SANYO S
I)　ピンク
グレーもあ

## un plus unから キュートなコラボTシャツがお目見え♥

アクセサリーブランドのun plus unから、
コラボTシャツが発売。Tシャツのほかに、
チャームのコラボなどもあります!

# 誕生60周年! スヌーピーに注目!



2010年10月2日で、スヌーピーで知られる「ピーナッツ」の連載が60周年!
それを記念して、スペシャルなコラボアイテムが続々と登場。
とびきりキュートなスヌーピーにクギづけになりそう!
限定発売のものも多いので、早めにチェックしてね♪



## Baby-Gとのコラボウォッチはラブリーなピンクカラー!

ハート型の液晶窓と、メタリックピンクが可愛い。
60周年の記念トートに入れてのお届け!

## iPod&iPhone 着せ替えプロテクタ

スヌーピーのワンポイントが可愛い♪
手持ちのiPodやiPhoneにつけて楽しんで。




↑着せ替えプロテクター iPod® nano、Classic、Touch、iPhone® 各3,800円／シアターエイト



↑スヌーピー60周年スニーカー 5,145円／テレビ東京ブロードバンド

## 60周年記念ロゴバッジつき! スヌーピー60周年記念スニーカーが登場

テーマは「Then & Now」＝「昔と今」。
スヌーピーの新旧各年代の姿がデザインモチーフに。
たくさん集まったスヌーピーが可愛い。同柄BOXつき♪




↑クリップ2個セット 693円／サンリオ　2パターンのクリップが楽しめる。




↙カードケース 56ポケット 399円／サンリオ ショップカード入れに便利。

## 思わず胸キュン♥な 新商品も続々とリリース中!

愛され度満点の超キュートなスヌーピーグッズが
発売中。見ているだけで癒されちゃう
可愛いアイテムばかりです!



↑スヌーピーチャーム 987円 サンリオ　ピンクのボンボンつきがラブリー。




←ドット柄ポーチ 1,260円／サンリオ　ハートのチャームがキュート!




↑コインパース 840円／サンリオ　カードポケットもついてて実用度もGOOD。

## 開業120周年の 帝国ホテル東京とのコラボ 料理長スヌーピーが数量限定で発売!

シェフ姿のスヌーピーがレアなぬいぐるみ。
お料理にも使える、スヌーピーの刻印が入った小鍋と
コースターもセット。耳にはピーナッツ誕生60周年の
刺しゅう入り。すでに発売中なので、急いでゲット!
詳細は、www.imperialhotel.co.jpまで。



←料理長ス
ピー 10,50
帝国ホテ
数量限定

●取材店リストは254ページにあります。



12/22

## おいっ子アレックスのプレゼント選びに

明日はおいっ子のアレックスが来る日。タキシードベアでプレゼントを物色☆イマドキの小学1年生って、いったい、何が好きなのかな？　楽しみ♪

1 + 10 + E

ピンク&ファーで
泉里香流スイートブラックに

ボタン使いがプレッピーな上下の黒アイテムをピンク&ファーでほの甘に。ブラック率を下げつつ、素材感で可憐なニュアンスをON。

ロケ撮影したのはココ!
タキシードベア
東京都港区西麻布3-24-17 ☎03-5935-8372 ※11時～19時 無休 1986年にオープンした日本で一番古いバルーン専門店。http://balloonshop.jp/

PROFILE

泉リカ：大学3年生。両親と姉の4人家族で、姉は、語学留学先でポルトガル人と国際結婚。その姉に頼まれ、1カ月間、おいっ子（アレックス）を実家で預かることになり、忙しい時期が、さらに大わらわ。やんちゃボーイの登場で、いつもとひと味違う、年末年始になりそう!?

ファーつきのかごバッグ 14,700円／ノースコーナー　レオパードファーベレー 4,200円、パールリング 3,150円／ともにDURAS ambient　茶バックレースアップのニーハイブーツ 10,290円／ilima by pure elegance（イーボル）

12月→1月

# Happy 着回し

…た着こなしから、無難にならないイメチェンテクまで、使える実例がいっぱいです。春スイッチも見越した着回し30コーデをフルスロットルでお届けします☆

撮影／水野美隆(BRAVO BRAVA・モデル)、瀧瀬徹(静物)　スタイリング／渡邊恵子(KIND)　ヘア&メイク／AYA(ラ・ドンナ)　モデル／泉里香、伊藤翼　取材・文／坂口みずき　撮影協力／タキシードベア、DEXEE DINER、シンシアガーデン、J's バーガー、EASE　●取材店リストは254ページにあります。



12/23 Wed

## リムジンバスの停留所でアレックスと初対面

迎えにいったけど、なんだかそっけない態度……。お金持ちのお坊ちゃんって感じ！(>_<) これから1カ月、うまく面倒見れるかなぁ……？

2 + 6 + A + C

C.D Point!!

**注目のWアウターが一枚上手なおしゃれ感**

冬話題のアウターレイヤードに挑戦。ノーカラー同士ならすんなり着られて、無理なくおしゃれ。カラーミックスも黒で引き締め！

2

〈里香〉ピンク2WAYスエードボストンバッグ 13,650円／gc（グランカスケードインク） 黒折り返しブーティ 14,490円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 黒タイツ／スタイリスト私物 〈アレックス〉白シャツ 23,940円、黒ベスト 28,140円、デニムパンツ 35,490円／以上John Galliano Kids（DIESEL JAPAN KIDS部） 蝶ネクタイ／私物

大好きブラックをもっと可愛く!!

I Love Black!

# 里香ブラック

リアルに黒スタイルが大好きな里香が、年末年始のイベントシーズンを10大黒アイテムで乗り切り！ シーンに合わせ

# 里香がセレクト！ 10大ブラックアイテム

ROCKなスタッズから、強めガールなレザー、80'sなスパンコールまでトレンドを完全カバー。合わせやすくて"着映える黒"が勢ぞろい！



5 レザースカート

15,750円／MERCURYDUO　レザーにゴムギャザーが新鮮。切りっぱなしのすそとジップポケットが、甘辛MIXスタイルに◎。



4 ラッフルつきトップス

8,400円／JILL by JILLSTUART　すそにふっくらと丸みを持たせて絞ったフォルムに、切りっぱなしシフォンのラッフルが絶妙☆



3 スタッズつきニットカーデ

14,490円／Joias　フリンジトリムのノーカラーでJKがわりになる存在感。ピラミッドスタッズがメリハリと今冬らしいエッジをプラス。



2 パールつきタートルニット

6,930円／LD prime　コレクションで話題のパワースリーブ風。パールネックレスは2連でもロングでも使えて、リブタートルにジャスト。



1 ウールコート

13,650円／Barbie　ふっくらとした厚手ウールの正統派トラッドなピーコート。エンブレムのシルバーメタルボタンが旬プレッピーに味つけ！



10 折り返しショーパン



19,950円／バーバリー・ブルーレーベル　レトロクラシカルな印象。折り返しが太ももをカバーし、フラップポケットでメリハリUP！



9 刺しゅう入りシフォントップス

14,700円／Dgrace（ビー・エックス）　ドレープが映えるシフォンに配色レースがフォーキー。そで口についたボンボンが可愛い。



8 リボンつきレーススカート

5,040円／Honey Bunch心斎橋OPA店　ボリュームギャザーとリボンがレースにマッチ。すそのフリンジ風カットワークがさりげない。



7 スパンコールワンピ＆ニットワンピのセット

15,750円／SmackyGlam（SANYO SHOKAI）　総スパンコールのインナーワンピと透かし編みニットの今旬セット。単品ずつでも大活躍！



6 ファーコート

51,540円／Gabriel（DEARA&Gabriel）　リアルファーに表面の段々カットでニュアンスをON。軽めでゴージャスすぎずほどよくカジュアル。

## 定番服ベーシック5アイテムはコレ！



e ボーイフレンドデニムパンツ

34,650円／AG（エージー ジャパン）　ユルめデニムは1人1本が当然。ダメージやユーズド風色落ちが、こなれ感を演出。



c チェック柄コンビネゾン

6,930円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店　ネルのような風合いのアメカジ柄。ブロックチェックがアクセント効果大。



a ムートンコート

18,690円／LITIRA　フードとトグルボタンがカジュアル。フェイクムートンにプードルファーのトリミングが可愛すぎ！





d ロゴ入りロングTシャツ

4,095円／Dazzlin'　深Uネックが着やせに貢献。ふっくらフォルムがファンシーな千鳥格子リボンはとりはずし可。



b ボーダーニットカーデ

9,870円／Decious　ざっくりとした編み地がラフな雰囲気。コントラスト大な黒×白の太ボーダーならメリハリ出しに有効。

## 春のイメチェン♥ 買い足し5大アイテム

ファッションミーハーな千里眼で見極めた春本命の5大服を先どり！
今からマークしてダークな冬スタイルに彩りを足しましょう。



D 4wayコットンスカート

7,245円／titty & Co. 新宿店　ベアにもなり、リバーシブルに！ 表はガーゼ風コットン、裏はチュールのレースティアード。



C 花柄シフォンスカート

12,600円／JILL by JILLSTUART　シフォンティアードは春も継続。ふんわりカラーと素材のロマンティックローズ。



A キャメルノーカラーレザージャケット

40,950円／Smork（Smork by Language 原宿店）　波型カットのトリミングがラブリー。キャメルなら辛すぎず、革でもキュート。



E ペールピンクシフォントップス

16,800円／アプワイザー・リッシェ　ヌーディカラーは春の流行色。レース×シフォンプリーツの異素材切り替え。



B デニムシャツ

9,450円／リーバイス®（リーバイ・ストラウス ジャパン）　春注目のダンガリーデニム。色落ち感が旬カジュアル。



3

12.24 Thu

## Xmasのショッピングでアレックスが衝動買い

クリスマスのお買い物につき合わされたら……ものすごい量！　まわりの人たちから大注目を集めちゃった。え〜、まだ買い物するの!?

4 ＋ C ＋ a

CD Point!

**キュートな花柄でおしゃれテンションUP！**

まんま着るとありきたりなダッフル×黒チュニックに花柄シフォンで春ニュアンスをプラス。ニーハイでスタイルアップも抜かりなく。

〈里香〉黒フリンジショルダーバッグ 18,900円／アルバローザ（アルバローザ ジャパン）　黒ボンボンつきニットベレー 7,350円／CA4LA（CA4LA ショールーム）　黒スエードニーハイブーツ 11,340円／R&E渋谷109店　〈アレックス〉赤ロゴＴシャツ 7,245円、ペイントデニムパンツ 16,590円、ナイロンブルゾン 23,940円／以上DIESEL KIDS（DIESEL KIDS イクスピアリ）　サングラス／私物



5

12.26 Sat

## 英会話への関心が高まって資料探し

アレックスとカタコトの会話をしているうちに、英語を勉強したくなってきた！　参考書を買いにきたけど、手が届かないよぉ〜(泣)。

D ＋ b ＋ d

CD Point!

**ボーダーニットを効かせたウインターマリン**

ボーダーを主役に、白SKで春シフトも狙いつつ、ロゴＴでヌケ感を出したウインターマリンルック。ポイントはカジュアルな甘辛感☆

オフ白ラビットファーバッグ 9,345円／Faroux（オンワード樫山）　※ネックレスは２のパールネックレス使用。



4

12.25 Fri

## アレックスに東京の名所を案内♪

今日はアレックスと東京観光。「こっち向いて！　はいチーズ」　東京タワーの後は、やっぱり下町・浅草がいいかな♪

3 ＋ 7 ＋ A

CD Point!

**流行りものは春アウターでカバーリングが上級者**

スパンコール×ピラミッドスタッズの流行りものコンビは、人とかぶらないよう春アウターを投入。JKからのチラリズムで洗練レディに。

フューシャピンクのマフラー 9,345円／Language（Language 六本木ヒルズ店）



## 9

**12/30 アレックスの影響で物欲がスパーク**

表参道で大量ショッピング！アレックスにつられて、買いすぎたかも。買い物ってストレス発散になって楽しいから大好き♪

←ピンク2WAYボストン4,095円／Happy&Sac（SAC） グレースエードレースアップニーハイブーツ14,700円／Barbie

2 + 6 + C

CD Point!

**ファー×パールで花柄もよそゆき顔**

リッチなファーコートは、セレブっぽい雰囲気でショッピングにぴったり。つややかな花柄を効かせて、気分もアガるお嬢ルックに。

## 8

**12/29 女子会の後、友達がウチに**

友達から遊びのお誘い。忘年会のつもりが「アレックスに会いたい」っていい出して、飲み会後は急遽ウチに来ることになっちゃった！

a + c + d

CD Point!

**ムートン×コンビネゾンでタイムリーなおしゃれ**

気温の差が激しい冬の女子会は、ムートン×コンビネゾンが○。コートを脱いでもおしゃれ感を損なわず、動きやすさも計算ずく。

←黒花つきキャスケット（花はとりはずし可）7,140円／マリークワント 黒ボストン12,850円／サマンサベガ プランタン銀座店 黒ジップアップニーハイブーツ14,490円／BABY PURE [illegible]

## 6

**12/27 ネイルの仕上がりに大満足♥**

今日は早起きしたから朝からマニキュアを塗って女磨き。キレイに仕上がったから、一日HAPPYでいられそう♪

7 + d + e

CD Point!

**楽ちんコーデは小物で旬な派手さをON**

ボーイフレンドデニム＋ローゲージニットでゆるめカジュアルを満喫。ロールアップ＋ヒールで脚をきゃしゃに、小物で今感を演出。

←グレーのアンゴラハット3,195円／Jolias ロザリオ2連ネックレス3,045円／DazzliN ベーシュ×黒ヒョウ柄バッグ7,350円／Barbie ピンクスエードパンプス6,[illegible]95円／REZOY渋谷109店

## 7

9 + 10 + A

CD Point!

**褐色レザー&ファーMIXのスイートボヘミアン**

東欧風なフォークロアチュニックはキャメルレザーとファーバッグで甘め仕上げに。黒ベースならテイストMIXスタイルも思いのまま☆

**12/28 アレックスと散歩の後ピザ三昧☆**

アレックスとお散歩したら、小腹がすいちゃった。男のコってすっごく食べるからピザをたっぷりオーダー。ちょっと頼みすぎた!?

←（里香）ブロンズのスパンコールカチューシャ1,785円／Xmiss（エスシステム） 茶ファーチェーンバッグ25,200円／ROSAMUNDA（URBAN RESEARCH渋谷店） 茶バックレースアップニーハイブーツ10,290円／Illma by pura eleganca（[illegible]）（アレックス）パーカ26,040円、ブルーハーフパンツ26,040円／ともにJohn Galliano Kids（DIESEL JAPAN KIDS部） 白スニーカー9,345円／DIESEL KIDS（DIESEL KIDS [illegible]）

## 春イメチェンなスパイス小物

Love Bag♥ バッグ編

[illegible]ンクスエードのフ[illegible]ジバッグ（1月末[illegible]）18,900円／Hone[illegible]lon by foppish（ハ[illegible]サロン）

パステルカラー

←アイスブルーのハートチャームつきミニバッグ（3月末発売）17,640円／Honey Salon by foppish（ハニーサロン）

かごバッグ

↑ポンポンつき茶×ピンクのかごクラッチ（3月発売）9,240円／Pray Hotel（ハニーサロンルミネエスト新宿店）

⬇ピンク×イエローボーダーのスパンコールロゴがごバッグ（2月末発売）5,040円／カシュカシュ（アンビリオン）



12
12/12
## 3本立てで観た名作映画で大号泣
気になってた映画を3本立てで観ちゃった……。ぜーんぶ、感動作だったから、ハンカチがぐちゃぐちゃ(笑)。

⑩＋Ⓔ＋ⓑ

CD Point!
**ボーダー×ウエストマークで着ボディ更新**
メリハリ柄×くびれマークが、カジュアルなのにグラマラス！　ボーダーのインパクトを薄ピンクで和らげ、キバりすぎない着こなしに。

➡黒スパンコール×ファーバッグ 6,195円／LD prime　リボンゴムベルト 4,725円／JILL by JILLSTUART SELECT (JILL by JILLSTUART)　黒ブーティ 11,340円／BABY PURE(イーボル)　タイツ／スタイリスト私物

12/31
## ついにカウントダウン。東京に初雪が…
ついに大みそか。1年って本当に早い。あれ、初雪だ〜。どうりで寒いと思った！　早く帰って、こたつでまったりしたい♪

⑦＋ⓐ＋Ⓑ

CD Point!
**定番服にはデニムとチェックをサンドイッチ**
完全オフの日は、キメすぎず、ユルい感じのニット＋ムートンが気分。色&柄を差して、力の抜けたリラックスカジュアルを狙います。

➡チェックマフラー 3,990円　LOVE GIRLS MARKET 代官山店　茶レースレギンス 1,260円　17℃ (17℃ by Blondoll ルミネ新宿店)　バッグ 7,245円／ROJITA渋谷109店　パンプス 33,600円／ハルマネーラ（THE FIRST style 有楽町マルイ店）　サングラス 5,145円／ROYAL PARTY　傘／私物

10

3

11

1/1
## 家族で初詣へ。おみくじで新年を占う
元旦といえば、やっぱり初詣。みんなでおみくじ引いたら、アレックスはなんと大吉！　私は……やった大吉♪

①＋⑧＋ⓓ

CD Point!
**ロゴ柄&ピンクを味方に服のこなれ度アップ**
正統派な黒アウター＋ふわSKは、ロゴTでメリハリとカジュアル感をON！　仕上げには、甘くなりすぎないピンクベレーをトッピング。

⬆ピンクベレー帽 3,990円／LOVE GIRLS MARKET 代官山店　ネックレス 2,100円／DURAS　バッグ 15,750円／バイカレットハンガー マルイシティ渋谷店　黒ロングブーツ 38,850円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ（サン・トロペ コーポーレーション）

1/3
## ホームパーティーの献立に悩み中
今日は、友達がアレックスに会いにウチへ。夕食、私がふるまうことになったんだけど、う〜ん、何作ろうかな〜♥

③＋ⓒ

CD Point!
**チェック×黒をスタッズのエッジで旬に着る！**
料理にはラクチンなコンビネゾンが正解。スタッズトリミングのカーデでROCKマインドをプラス。はおるだけで甘辛に仕上がります。

↗白ニット×ファーバッグ 8,925円／LD prime　黒ドット柄リボンカチューシャ 1,995円／bebe rose　パープルエナメルパンプス 8,195円／R&E渋谷109店　ニーハイソックス／スタイリスト私物



14

黒トレンカ 1,575円／Barbie チェックマフラー 3,675円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 かごバッグ（2月末発売）6,090円／カシュカシュ（アンビリオン） ピンクパンプス 6,195円／REZOY渋谷109店

5 A d

CD Point!

**長短バランス×小物でスタイル美人に**

小物で色を差して、スパイスとスタイルUPの一石二鳥に。ショートJKはインとの丈バランスがキモ！ 白なら清潔感もキープできます。

14 Mon

**サプライズの誕生会で幹事に**

友達の誕生会をサプライズで開くことに！ プレゼントもケーキも、仕込みズミ。来た瞬間に「Happy Birthday！」。



15

ネックレス 4,725円／Joias ピンクジップリボンバッグ 17,325円／サマンサベガ セレブリティ 新宿ミロード店 黒スエードニーハイブーツ 11,340円／R&E渋谷109店

7 C

CD Point!

**変化球な黒素材"黒"で多彩な表情をON**

透けニット&グリッター、素材感を違えた黒で、ガーリーな花柄を甘辛にブレンド。小物でピンクを差して、よりフェミニンな印象に。

15 Tue

**お気に入りのバスグッズをGET☆**

もうすぐ学校がスタート。キレイ磨きのため可愛いバスグッズをいっぱい買っちゃったヨ(*^_^*) 今夜はどれにしようかな♥



16

黒ビジューネックレス 1,995円／ValenTine's High渋谷109店 茶ヒョウバッグ 24,675円／バイオレットハンガー マルイシティ渋谷店 茶バックレースアップニーハイブーツ 10,290円／Illma by pure elegance（イーボル）

10 E a

CD Point!

**ョウ柄&黒で小悪魔色気を仕掛けて**

し系ナチュラルなムートルックを黒&茶で引き締 アニマル柄を効かせ も愛されスタイルに仕上 るのはムートンならでは

16 Wed

**新バイトの開始日。寝坊で大ピンチ**

新しいバイトの初日。素敵なカフェで超楽しみにしていたのに、正月ボケで、大寝坊！ ヤバイ、遅刻しそう～！(汗)





17

黒ネックレス 3,675円／Barbie 赤×黒ブロックチェックボアバッグ 11,340円／RNA SWEAT（RNA Inc.） 黒ジップニーハイブーツ 14,490円／BABY PURE（イーボル）

3 4 D

CD Point!

**黒×白スタイルに赤の1点投入でキメッ★**

フリル×レースがスイートなモノトーンルックに赤チェックをピリリと投入。筆頭トレンドのスタッズも味方して、ブリットロックな甘辛の完成！

17 Thu

**今日からいよいよ学校がスタート**

久々友達に会えてうれしいー♪ 学校ってやっぱり楽しい！ アレックスがついてきて、超人気者になってるし……。



18

黒ゴムベルト 6,195円／Xmiss（エスシステム） 3連ネックレス 2,940円／SmackyGlam（SANYO SHOKAI） 黒ベレー帽 3,045円／beberose 黒バッグ 4,935円、黒折り返しニットブーツ 14,490円／ともにピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 タイツ／スタイリスト私物

B c

CD Point!

**デニム&ベルトでコンシャスルックに**

コンビネゾンにはおったシャツの上からウエストマーク！ デニムならセクシーになりすぎないし、スタイルよく見えていいことづくし。

18 Fri

**スイーツでアレックスのごきげんとり**

今一番お気に入りのマカロンを買ってきたよ。アレックスが珍しくよろこんでる～！ 結構可愛いトコあるじゃんっ♪



19

白ファーポンポンニット帽 2,940円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 赤スエードビジューパンプス 12,600円／Ograca（ビー・エックス） 黒バッグ／スタイリスト私物

9 e

CD Point!

**わふわニット帽はおしゃれのキメ小物**

けチュニックはファー帽 カジュアル度を高め、温みのある冬スタイルに。 ニム×赤靴の最強タッグ 女子力UPも抜かりなく。

19 Sat

**英会話スクールの情報収集**

留学の相談をしたら、友達も考えてるんだって。そのコが行ってる英会話教室、通ってみようかな？ さっそく英字新聞で予習。




# 23

1/13 Wed

## アレックスと渋谷でランチデート♪

アレックスと渋谷のハンバーガーショップでランチ。BIGバーガーをペロリと平らげて『おかわり♥』だって！なんだかいっぱい話せた気がする。

5 + B + b + d

CD Point!

**デニムシャツをはさんでレイヤード賢者に**

シンプルな黒×白はデニム＆ロゴを効かせたカジュアルミックスが今冬の気分。あったかい店内で、脱ぎ着できるレイヤードも計算ずく。

〈里香〉パープルキルティングバッグ 11,340円／DURAS　黒レースアップショートブーツ 18,900円／BE RADIANCE　タイツ／スタイリスト私物　〈アレックス〉白パーカ 15,540円、ヒッコリーデニムパンツ 21,840円、黒スニーカー 8,295円／以上DIESEL KIDS（DIESEL JAPAN イクスピアリ）　オレンジTシャツ 12,390円／Jonh Galliano Kids（DIESEL JAPAN KIDS部）



# 20

1/10 Sun

## 代役でひさびさの合コン参加

今日は、ピンチヒッターで合コンのお誘いが！　久々だし、気合い入れておしゃれして行かなくっちゃ。何、着て行こっかな♪

1　4 + c

CD Point!

**コンビネゾンのボトム使いでマンネリ打破！**

コンビネゾンをボトムにしたワザありルック。全身を黒で締めつつ、ファンシーなニット小物で気分もアガる冬モテ♥スタイルに。

黒トレンカ 1,575円
bis　オフ白リボンつ
ニットバッグ 9,345円
ITIRA



# 21

1/11 Mon

## デートのお誘いにドキドキ♥

昨日、合コンしたコからメールが！「今度遊びに行かない？」だって。けっこう好みだったかも♥うれしい♪

2　10 + A

CD Point!

**雰囲気美人な小物使いはリカの得意ワザ**

インを黒でまとめた大人めルック。リブニットでくびれをきわだたせ美シルエットを叶えます。小物で顔まわりに視線を集めて♥

白ラメ入りツイード
ティングチェーンバッ
10,290円／DURAS
ードット柄マフラー 3,
円／ピンキーガール
新宿ルミネエスト店



# 22

1/12 Tue

## デート服を探しつつウインドーショッピング

合コンのカレと、デートの約束しちゃった。ドライブデートみたい。カジュアルがいいけど、女らしさもアピりたいな。

6　D + e

CD Point!

**黒ファーはデニムでおしゃれなユルさをIN**

タフなデニムは、ファーコートであえてドレッシーに着るのが、おしゃれ上級者。好相性な赤小物とカンカン帽でやりきる感じがカッコいい！

ネックレス 2,625円／DURAS ambiant　ネイビーカンカン帽 4,095円／Dazzlin'　赤ベロアバッグ 16,800円／サマンサベガセレブリティ 新宿ミロード店　赤スエードビジューつきパンプス 12,600円／Ograca（ビー・エックス）

## 春イメチェンなスパイス小物

Love Shoes 靴編




1 ピンクコサージつきブルーデニムパンプス 13,440円／ダイアナ（ダイアナ銀座本店）　サイドはレース柄。 2 レースリボンつきブルーデニムバレエシューズ 13,440円／ダイアナ（ダイアナ銀座本店）　3 リボンつきドットチュールパンプス 8,295円／pure soeur（イーボル）　イエローサテンにドット柄の白チュールを重ねた斬新なデザイン。 4 ピンクグリッターパンプス 8,295円／pure soeur（イーボル）　80'sなグリッターは春も続投。足元からシャイニーインパクトをプラスして。 5 エメラルドグリーンのシフォンギャザーパンプス 6,930円／ESPERANZA 渋谷109店　ファンシーなシャドウドット。




**アレックスにプレゼントを購入**

アレックスのために、キッズ用ニット帽を買っちゃった！　気に入ってくれるかな？　私って案外と尽くすタイプでしょ（笑）。

2 + a
b + D

Point!

**見せボーダーでラにリズムをプラス**

ックな白×黒ルック
リハリボーダーをはさ
ブラッシュアップ。軽快
象で、スタイリングの
ッシュ効果は絶大。

ターコイズブルーバッグ 9,975円／Happy&SAC and kawaii(SAC)　黒スエードニーハイブーツ 11,340円／R&E渋谷109店　手に持った帽子／私物




**バイト先の飲み会では好感度アップを意識**

バイト先のみんなと初飲み会。予定より早く着いちゃったから、時間までアロマショップで、ボディクリーム選び。う～ん、いい香りでリラックス♪

4 + A + C + B

CD Point!

**花柄は旬カジにハズして元気キュートな妹キャラに**

花柄 SK にデニムシャツを腰に巻き、ラフさをプラス。カジュアルなのに女のコらしさもアピールし、黒を華やいだ雰囲気に演出。

ピンクモヘアのベレー帽 3,045円／ROJITA 渋谷109店　黒スパンコールチェーンバッグ 12,390円／Honey Bunch心斎橋OPA店



4
b + e

Point!

**白ボーダーは小物ラーをミキシング！**

なボーダーは脱力系
ムと配色小物でハズし
なれ感アップ。スポー
ーになりすぎず、街お
れ感をキープできます。

**アレックスからプレゼントが!!**

ずっと欲しかった帽子を贈られてちょっと感動☆　あいつったら子どものくせに、やるじゃん！

パールカチューシャ 1,680円／井筒屋　茶×ピンクバイカラーネオントート 11,340円、パンプス 14,490円／ともにアルバローザ（アルバローザ ジャパン）




**英会話レッスンの初体験に向け予習**

今日は、友達に紹介してもらった英会話の体験レッスン。グループレッスンってちょっとドキドキ。続けられるようにたくさん勉強しなきゃ。

1
10 + B

CD Point!

**男前小物でハンサムガールにイメチェン**

黒コート×ショーパンはパターンが決まりがちだから、いつもとひと味違うコーデで気分転換。ブームに乗っかって、メンズ小物をトッピング！

ベージュロゴネクタイ 7,350円、黒ハンチング 10,500円／ともにバーバリー・ブルーレーベル　赤エナメルクラッチ 8,825円／ビバユー　黒ジップニーハイブーツ 14,490円／BABY PURE（イーボル）




**アレックスとお別れまでカウントダウン開始**

あとちょっとで、アレックスともお別れ。なんだかんだ寂しい気分……。1カ月って、ホントあっという間！

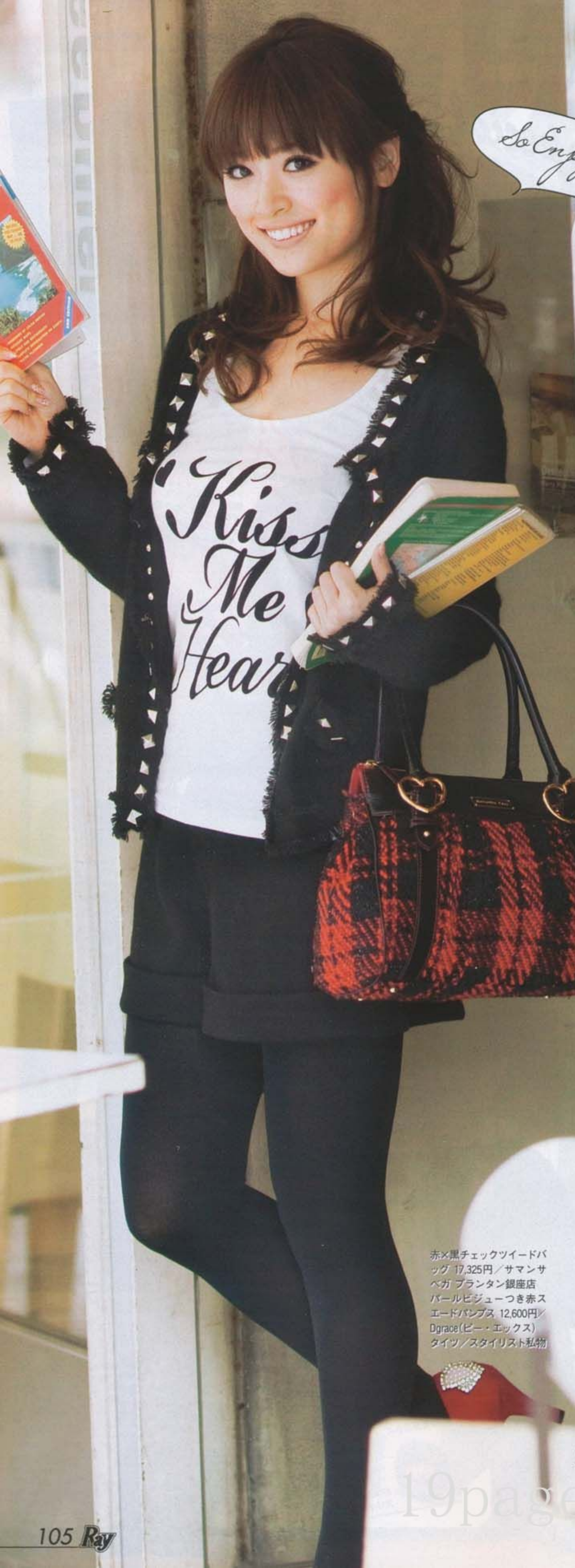
5 + E

CD Point!

**美的コンシャスで背筋をシャンとレディ気分**

ウエストマークしたコンシャスルックは、バッグ＋ヒールで、ちょっぴりドレスアップ。カチカチにならないように、ドットトレンカで遊びをON。

黒ゴムベルト 5,040円／Honey Bunch心斎橋OPA店　黒ハット 3,465円／Pin Curl　グレードットトレンカ 1,575円／ピンキーガールズ新宿ルミネエスト店　黒×白リボンバッグ 6,930円／Barbie




29

1/19 Tue
## 海外進出を本格的にプランニング

私も将来海外に行きたいな……
なんて考えてたらモチベーションが上がってキター！　ひそかに語学留学を計画してマス。

③ ＋ ⑩ ＋

C.D Point!
**エッジィな黒でちょいROCKな勝気ガール**
ロゴとスタッズで清純派イメージを裏切るこなしにトライ。黒なら品格をキープできてこなれた装いに。的を射た赤小物に拍手。

赤×黒チェックツイードバッグ 17,325円／サマンサベガ プランタン銀座店
パールビジュー つき赤スエードパンプス 12,600円／Dgrace（ビー・エックス）
タイツ／スタイリスト私物




1/20 Wed
## アレックスの帰国当日にカワイイ内緒話

とうとうアレックスとお別れの日がきちゃった。耳打ちで「大きくなったら結婚してやるよ」だって！　生意気〜（笑）。

30

⑥
Ⓔ ＋ ⓔ

C.D Point!
**ファー×デニムはヘッドアクセで遊んで**
ファーコートは、着られてる感が出ないよう、デニムでカジュアルダウン。ゴージャスにならず、大人っぽすぎないバランス感覚が大事です。

〈里香〉パールロングネックレス 2,525円／DURAS ambient　黒サテンカチューシャ 2,310円／Barbie　ピンクシフォンリボンガマロバッグ 17,850円／CLATHAS（東京ブラウス）〈アレックス〉ストライプジャケット 39,690円／John Galliano Kids（DIESEL JAPAN KIDS 部）　サングラス／私物

クチこみ Trend 10 MILLION CARATS ミリオンカラッツ Special

た関東メンバーが熱く語ります！



↑渋谷にあるクラブ キャメロットで開催したファッションショー。5人のプチトークショーや、お客さんとも記念撮影など充実のイベントでした（※詳しくは32ページを見てね）。

## [MILLION CARATS 大好きメンバー]

千葉由佳さん（二松学舎大学4年）

平有紀子さん（大妻女子大学3年）

川本彩さん（駒澤大学4年）

新部宏美さん（日本女子大学3年）

神尾美沙さん（成城大学3年）

赤池永梨奈さん（法政大学2年）

## 関東プリ♥クラ発!! おしゃれ座談会

2009年9月にデビューしたミリオンカラッツ。セレブカジュアル系で、プリ♥クラにも人気急上昇中。読んだらお店に急いで！

### 最近買ったアイテムを教えて！

**平有紀子さん（以下・平）**：この前のミリオンカラッツ×Rayのファッションショー楽しかったね～♪

**川本彩さん（以下・川本）**：うん。お客さんがたくさんいて超緊張したけどね。ファッションショーが終わってから、さっそくお店もチェックしに行っちゃった。

**千葉由佳さん（以下・千葉）**：私も！ ルミネエスト新宿、マルイジャム渋谷に入ってるから行きやすいトコもGOOD。ちなみにそのとき自分が着たベアワンピを買いに行っちゃったんだけどね（笑）。

**新部宏美さん（以下・新部）**：私もマキシワンピ買っちゃった。ほかにも可愛い**インパクトワンピ（※1）がたくさんあるよね。**

**赤池永梨奈さん（以下・赤池）**：う**んうん。ピロみんが着てる**

**ん（笑）。ほどよくカジュアルでこじゃれ感があるトコがいいよね。ちょっとしたパーティーにも使えそうっていうか……。あとデニムのバリエもかなり豊富！ 私はクラッシュデニム（※2）を買っちゃった。ラインもキレイだからオススメ。**

**川本**：美脚パンツマニアのエナがいうと信ぴょう性があるよね。

**神尾美沙さん（以下・神尾）**：**確かに。カジュアル派の私にはかなりドンピシャなアイテムがミリオンカラッツにはそろってるからこれからハマりそう♪ 私は、デニムミニとヒョウ柄アイテム（※3）を合わせてGETしたよ！**

：ヒョウ柄可愛いよねー。たくさんのブランドから出てたけど大人っぽく着られる絶妙な辛さが好き。特にファーバッグ

：ブランドがセレブカジュアル系だから、1点投入したらポイントになるような小物も充実してるよね。**辛口スタッズ小物（※4）**がかなり使えそうだったな。花柄ワンピとかに合わせて、思いっきりはずしたい。

：**ポイントになりそうな小物っていえば、キラキラ☆バッグ（※5）も可愛かったよ。リボンつきのラメトートは色バリエも豊富だったし、プチプラだし、友達と色チ買いしてもいいよね！ 私的にお目立ちバッグに凝ってるから、スパンコールバッグも狙ってる。バーゲンまで待てないで買っち**



←エンジ×グリーン×ブラウンピースマークつきシフォンワンピ 14,595円／MILLION CARATS

↑黒×ビビッドカラージップつきベアワンピ 11,340円／MILLION CARATS

→黒箔ティアードフリルワンピ 11,340円／MILLION CARATS

↑ラズベリーピンクサテンワンピ 9,345円／MILLION CARATS

→黄花柄シフォンワンピ 12,495円／MILLION CARATS

←ブラウンペイズリー柄シフォンワンピ 10,290円／MILLION CARATS

### トレンドキーワード 1

「それどこの」って聞かれること確実！

## インパクトワンピ

新部宏美さん

ちょいドレッシーなワンピ～カジュアルまで幅広いテイストのワンピがあります。私は似合うってほめられたマキシを買いました（笑）。


↓ライトブルーボーイズデニムパンツ 13,545円／MILLION CARATS

↑←ライトブルーデニムスカート 11,445円、インディゴマリンテープつきデニムショーパン 11,445円／ともにMILLION CARATS

### トレンドキーワード 2

バリエの豊富さも魅力！

## クラッシュデニム

赤池永梨奈さん

色落ち感がおしゃれなデニムは、1本買って間違いなし！ ラインもキレイで、1万円ちょっとってとこもうれしいですよね。


←ブラウン×ピンクレオパードスカート 8,295円／MILLION CARATS

↓グレーレオパードアンゴラカーデ 8,295円／MILLION CARATS

↑レオパードシルクストール 3,045円／MILLION CARATS

↑グレーレオパードフェイクファーコート 24,990円／MILLION CARATS

→ブラウンレオパードファーショルダーバッグ 8,295円／MILLION CARATS

### トレンドキーワード 3

辛口アニマルで大人めにキメ！

## ヒョウ柄アイテム

神尾美沙さん

この冬のトレンドになくてはならないのがヒョウ柄。ちょいセクシーにキマる、辛口具合がGOOD。カーデの次は小物も狙ってます。


↑↓スタッズつきグレーベレー帽 3,675円、スタッズつき黒ベルト 3,045円／ともにMILLION CARATS

### トレンドキーワード 4

ーデのパイス役にストハブ

## 辛口スタッズ小物

平有紀子さん

甘めのワンピがワードローブに多いこともあって、メリハリを効かせる小物は重宝。スタッズベレーにひと目ぼれしちゃった。

# プリンセス♥クラブの

今月は人気急上昇中のブランド・MILLION CARATSをフィーチャー！　ファッションショーにも

撮影／原口二朗　スタイリング／有村亜菜子　●取材店リストは254ページにあります。

## バーゲン前に買っておきたいアイテムは？

：そういえばもうちょっとでセールもはじまるけど、その前に買う予定のアイテムってある？

：最近は**レトロチェック柄（※6）**にハマってるから、アイテムを増やしたいな。チェックミニってメンズウケもいいから、通学にはもちろん、デートにピッタリだし。

：私も花柄はちょっぴり飽きてきちゃったし、チェックが気になってる。陸守絵麻ちゃんが1月号で、チェックワンピ×ムートンコートのコーデをしてて、次はこれだ！　って思ったからマネっこしたいんだ。

**川本**：**ミリオンカラッツのチェックワンピは、胸下でしぼってあるから、カジュアルだけど女のコっぽくなっていい**

**クは香里奈ちゃんがカレンダーで着てたから、もちろん買いでしょー♥**

**千葉**：**私はカジュアルロゴT（※7）を買うつもり！　お目立ちなプリントものをお手頃に買って、手持ちのボトムをリフレッシュさせたい。ボリュームミニをチラ見せして着るつもり。**

**川本**：そうだね。ロゴTとか、ちょっぴり定番寄りなアイテムってセールにあんまり出なかったりするし買っておくべきだよね。**ベーシックロングカーデ（※8）とかも特に！**

**新部**：それはいえてるね。着回しが効きそうなカーデが1万円くらいだったからお値段的にもうれしいよね♪

**（※9）もめちゃおしゃれだし、バーゲン前に欲しいものは買っとくべきだよね。もちろんコーディネートのマンネリ打破にもなるし。**

**神尾**：ブーツ可愛いよね～☆　私はボアつきのペタンコブーツを狙ってる。年末って旅行に行ったりアクティブ系のイベントがけっこう多いから、使えそう。

**新部**：私は編みあげブーツだなー。美脚効果もありそうだし♪

**川本**：**アンティーク風アクセ（※10）もオススメ！**　コーディネートが華やかになるゴージャスなものが多いんだよね。

**平**：うん、一点モノっぽい個性的なデザインがいいよね。花柄ワンピに合わせて、全身ヴィンテージ

**千葉**：それ！　みんなより一歩リードできそうだね。私もアクセ買おっと(笑)。

**赤池**：あと、店舗は都内にしかないけど、インターネットショップ(http://r.millioncarats.jp)でも掘り出しものが見つかるかも。お店にいけないっていうコもチェックしてみて。

**神尾**：よし！　じゃあこれからみんなで、マルイジャム渋谷店にでも行かない？

**全員**：賛成～！



↑リボンつきエメラルド×ライトグリーンラメトートバッグ 7,245円／MILLION CARATS

↑→リボンつきラズベリーピンク×パープルラメトートバッグ 7,245円、黒スパンコールトートバッグ 9,345円／ともにMILLION CARATS

←ブルースパンコールトートバッグ 9,345円 MILLION CARATS

### 持ってるだけでHAPPY♪ 5 トレンドキーワード キラキラ☆バッグ

新部宏美さん

「それどこの?」って聞かれること間違いなしのインパクトバッグ。リボンつきのトートは人気の色が売り切れる前にお店に急いで。



→白×黒×グレースタッズつきチェック柄チュニック 10,290円／MILLION CARATS

↑赤×ネイビースタッズつきチェック柄チュニック 10,290円／MILLION CARATS

→パープル×赤チェック柄プリーツフレヤースカート 8,295円／MILLION CARATS

### 香里奈着用でバカ売れ！ 6 トレンドキーワード レトロチェック柄

赤池永梨奈さん

デイリーだけじゃなく、デートにも好感度大なレトロチェック。香里奈ちゃんが1月号のカレンダーで着てた、コーデをマネっこしたい。





←箔ロゴブルーロングTシャツ 6,195円／MILLION CARATS

→白ロゴロングTシャツ 6,195円／MILLION CARATS

→ネイビーロゴロングTシャツ 6,195円／MILLION CARATS

### 何枚持っていてもソンなし！ 7 トレンドキーワード カジュアルロゴT

千葉由佳さん

ひらミニと合わせたり、レイヤードにも使えるから便利。白や黒だけじゃなく、マンネリ打破に効きそうなカラーロンTにも挑戦したい。



←黒ボンボンつきカーデ 9,345円／MILLION CARATS

→白×ネイビーボーダーフードつきカーデ 12,495円／MILLION CARATS

### バーゲン前までにGET！ 8 トレンドキーワード ベーシックロングカーデ

川本彩さん

着回し力のあるロングカーデは、バリエ豊富に持ってたいですよね。春先にはアウターとして使えるし、お値段以上に活躍すること確実。



↓スタッズつきブラウンインソールブーツ 9,975円／MILLION CARATS

↓フェイクファーつき黒レースアップブーツ 12,600円／MILLION CARATS

←ボア折り返しベルトつきブラウンブーツ 12,600円／MILLION CARATS

←ベージュフェイクファーボンボンつきシープスキンブーツ 6,825円／MILLION CARATS

### お気に入りを見つけたら即買いして！ 9 トレンドキーワード デザインブーツ

平有紀子さん

凝ったデザインのブーツがなんと約7,000円～10,000円ちょいでそろってるから、要チェック。ボアつきブーツをオソロ買いしました。



→ゴールドじゃらじゃらリングネックレス 4,095円／MILLION CARATS

↗→カラフルストーンつきゴールドバングル 1,995円、ゴールド×黒4連バングル 3,045円／ともにMILLION CARATS

→ゴールドフープピアス 3,045円／MILLION CARATS

### 一点モノっぽいデザインに胸キュン 10 トレンドキーワード アンティーク風アクセ

川本彩さん

じゃらづけするだけでコーディネートのこじゃれ度がUPするからオススメ。シンプルなシャツコーデにバングルを重ねづけしてます。

## ART 1 スタイル美人 香里奈のデニムLOVER♥な1week

ニムマニア・香里奈の1weekコーデをチェック！ 香里奈こだわりLOOKをスタイリングポイントつきで紹介します。どれもこれもお気に入りデニムなので要チェック！



### アウラアイラ AULA AILA クラッシュボーイズデニム

**Wednesday**

“ハードなロックコーデは、カラオケではしゃぐときにぴったり”

←ボーイズデニム 18,900円、ヒョウ柄ファージャケット 51,450円、白ロゴタンク 7,350円、トレンカ 5,195円／以上AULA AILA（DraSTic） ネックレス 3,990円／BE RADIANCE バッグ 17,325円／サマンサベガ プランタン銀座店 パンプス 15,800円／ロースプリット（オンワード樫山）「トレンカを重ねれば、あたたかさもトレンド感もばっちり！」



### ディシャス Decious マキシ丈ロングワンピ

**Tuesday**

“もみじとはなびのお散歩がてら、公園でまったりしたいな♪”

←ダンガリーワンピ 14,700円／Decious シャツ 9,820円／Brownie bee ジャケット 9,975円／Pin Curl サングラス 8,400円／イマノエル バッグ 9,975円／ノースコーナー ショートブーツ 9,345円／pure soeur（イーボル）「チェック柄シャツのレイヤードで、ほどよくカジュアルダウンするのがキマりすぎない秘訣！ エッジの効いたジップもポイントなの」



### ドロシーズ DRWCYS 星型スタッズつきGジャン

**Monday**

“ガーリーロックにキメて、女友達とごはんに行きます♪”

→スタッズGジャン 15,800円／GMN（DRWCYS） Tシャツ 6,825円／MURUAマルイシティ横浜 チュチュスカート 3,990円／JAYRO white 帽子 9,975円／Christy's（Jolly Boutique） ベルト 5,195円／Xmiss（エスシステム） バッグ 5,295円／Dazzlin' ショートブーツ 13,440円／pure soeur（イーボル）「ハードなGジャン＆ブーツにはふんわりスカートでスイートさをプラスするのがカギ！」



### レッドカードフォーキットソン RED CARD for kitson ブラックデニムGジャン

**Saturday**

“遠出ドライブは準備万端な楽ちんコーデで！”

Gジャン 15,800円、ロゴTシャツ、コーデュロイスカート 各8,925円／以上RED CARD for kitson ネックレス 2,940円、帽子 3,990円／ともにkitson ブーツ 36,750円／koolaburra（以上kitson）「しい黒デニムのアウターについひと目ぼれ買い！ ヒョウファーのえりとベージュスカートで色を合わせて、すっきり大人カジュアルにまとめてみました」



### メット MET ビジューつきクラッシュデニム

**Friday**

“アクティブコーデでショッピングに行ってきまーす！”

→デニム 51,240円、コート 39,690円／ともにMET（栄光商事） Tシャツ 5,775円／Jolias 帽子 3,990円／LOVE GIRLS MARKET代官山店 バッグ 9,345円／MILLION CARATS ブーツ 18,900円／Xmiss（エスシステム）「クラッシュ部分にビジューがたくさんついたこだわりデニム。ミッキーマウスとピンクの差し色帽子で遊び心をプラスします！」

©Disney



### ムルーア MURUA グレースキニーパンツ

**Thursday**

“リッチシンプルなデニムコーデで映画館へGO！”

→スキニーデニム 19,740円／MURUAマルイシティ横浜 ファージャケット 36,750円／LagunaMoon タートルニット 6,090円／DURAS 4連パールネックレス 2,310円、ニーハイブーツ 16,800円／ともにピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 ベルト 3,045円／beberose バッグ 6,930円／LD prime「グレーデニムなら、ブーツインスタイルもちょいモードな印象に！」

# 熱愛デニム NOW & NEXT

最新のとっておきデニムコーデをレクチャー！ これさえ見れば、毎日デニムのブラッシュアップ間違いナシ！



**Sunday** トゥルー リリジョン

# TRUE RELIGION

## クラッシュデニムショーパン

"撮影の日は気合いを入れて新鮮プレッピーに挑戦！"

←ショーパン 22,050円、
ャツ 15,750円／ともにト
ルー リリジョン ブラン
ジーンズ(トゥルーリリ
ョンジャパン)　ジャケ
ト 47,250円／MURUAマ
イシティ横浜　ベスト 9,
70円／velvet(カイタッ
インターナショナル)
クタイ 1,575円／DR.DE
IM(栄光商事)　ベルト 3,
45円／SWORD FISH
斎橋OPA店　ブーツ 14,
90円／BABY PURE(イ
ボル)「チェック柄シャ
を合わせるだけで新鮮プ
ッピーに！」

**Q.** デニムコーデで心がけていることは？
**A.** 甘辛バランス！
キメすぎず、ハズシポイント入れることかな。

DENIM Q&A

**Q.** デニム何本持ってる？
**A.** 40本
ショーパン、ボー
とか。結構バリ

DENIM Q&A for KARINA

**Q.** お気に入りのデニムは？
**A.** Snarlのバギー
ほかにも、H&Mのダンガリーシャツとか。

DENIM Q&A for KARINA

**Q.** 次に狙っているデニムは？
**A.** AULA AILA！
グレーのデニムライダースにひと目ぼれ。

撮影／萩庭桂太(香里奈分)、
水野美隆(BRAVO BRAVA・モデル分)、石沢義人(静物分)、
原口二朗(静物分・P115ワンピース、セットアップ、シャツ
スタイリング／渡邉恵子(KIND
ヘア&メイク／SHIO(香里奈分)、青山理恵(nude.
モデル／香里奈、葛岡碧、陸守絵麻、三浦
●取材店リストは254ページにあります。

## 最新トレンドデニムの必勝スタイリングはこちら！

# スタイル美人の

今季は進化系デニムが大豊作！　でも、ボーイズデニムみたいにこなれ感があるものほど、スタイリングって難しい……。そこで、

# 最新トレンド冬LOOK♡21

人気デニムに合わせて最新スタイリングをご紹介！　あたたかさも抜群なブラッシュアップテクは必見♪

MOREゆるシルエットに進化中！

## ゆったりボーイズデニム

Relax Boys Denim

もはや鉄板のボーイズデニム。この冬はシルエットが太くなって新登場。ラフなデニムはフェミニン＆ガーリーに着こなすのが正解！

Look 4



ペタンコブーツをブーツINしてよりカジュアルに

ダメージボーイズ
ム 16,590円、スパ
ールロゴTシャツ
5円　ともにJoias
ライナーつきダウ
ャケット 8,295円
ンキーガールズ
ルミネエスト店
ネックレス 2,625
Pin Curl、スパ
ールバッグ 6,195
LD prime　ムー
ブーツ 7,350円
ーロット ロンソン
めのシルエットは、
やかなライトブル
デニムで軽減！

Look 2



パープルパンプスで黒タイツに差し色アクセント！

〈2〉ボーイズデニム 21,000円／DEARA（DEARA&Gabriel）　ジャケット 23,100円／Spiral Spice（DREAM）　Tシャツ 5,145円／SWORD FISH 心斎橋OPA店　小ネックレス 3,150円／シャーロット ロンソン　パールネックレス 3,675円／DURAS ambient　バッグ 9,345円、パンプス 13,650円／ともにJoias　タイツ／スタイリスト私物　クールなモノトーンコーデにはビビッドカラーがマスト！

Look 1



個性派タイツをロールUPでチラ見せする！

〈1〉ボーイズデニム 9,975円／Dual THREAD有楽町マルイ店　スタッズつきコート 27,090円／MURUAマルイシティ横浜　ロゴT 4,095円、バッグ 8,295円／ともにDazzliN'　タイツ 1,260円／ショセット（Tabio）　靴 11,025円／カリストガ（サン・トロペ コーポレーション）　寒い足首見せには、タイツをＩＮ！　柄タイツ×チェック柄パンプスなら、足元主役の上級コーデが完成です。

Look 5



クラッシュにはタイツをINしてこなれ度急上昇！

ボーイズデニム 11,550円／
cious Jeans（Decious）　ス
ッズつきライダースジャケット
30円／ピンキーガールズ 新宿
ミネエスト店　カーデ 14,700
／Language（Language 六
木ヒルズ店）　バッグ 14,700円
ソースコーナー（Jolly Boutiq
）　パンプス 16,800円／ローズ
リット（オンワード樫山）　タイ
2,415円　Swingle 有楽町マル
店　ハードクラッシュにはタイ
のレイヤードで防寒もばっちり。

Look 3



足首見せにはファー帽子で季節感をプラス！

〈3〉ダメージボーイズデニム 10,290円、プリントTシャツ 5,250円／ともにDURAS　ツイードジャケット 26,250円／Xmiss（エスシステム）　帽子 5,145円／LD prime　ネックレス 2,310円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店　バッグ 10,290円／Joias　パンプス 6,195円／REZOY渋谷109店　ロールUPですっきり素肌見せをするなら、思いっきり真冬のテイストのもこもこファー帽子であたたかさを調節！

# PART 2 人気デニムでつくる

ゆったりボーイズデニム、デニンス、BIGデニムシャツなど、どんどん進化

## スタイルUP派に支持率No.1
## 色落ちスキニーデニム＆デニンス

トレンド感も美脚度も兼ね備えたデニムといえば、スキニー＆デニンスに決定！　レギンス感覚ではけて使いやすさも抜群。



Look 9

旬のエンジニアブーツにブーツINして脚線すっきり見せ！

〈9〉インディゴスキニーデニム 6,930円／グー コミューン（グランカスケードインク）　ムートンジャケット 24,990円／アルバローザ（アルバローザ ジャパン）　チュニック 9,975円／Dual THREAD 有楽町マルイ店　帽子 3,150円／シャーロット ロンソン　バッグ 8,295円／DazzliN'　ショートブーツ 19,740円／Joias　辛口なエンジニアブーツには、ぼんぼんつきニット帽子でフェミニンさをMIXして！



Look 8

トレンカのチラ見せでこなれ度もあたたかさもバッチリ！

〈8〉ダメージスキニーデニム 24,990円／ブルーカルト（ブルーカルト・ジャパン）　ノーカラースエードジャケット 30,450円／Smork（Smork by Language原宿店）　ニットタンク 3,990円／DURAS　ベルト 1,995円／L.D.S.渋谷109店　サングラス 6,090円／アルバローザ（アルバローザ ジャパン）　マフラー 1,995円／JAYRO white　バッグ 8,925円／LD prime　パンプス 6,195円／R&E渋谷109店　トレンカ 2,940円／Decious　すそから見える、トレンカはレースタイプをチョイス。さらりとこだわり感を。



Look 6

ミドル丈コート＆ショートブーツで黄金バランス！

〈6〉インディゴ色落ちデニンス 9,450円／CIMARRON（栄光商事）　チェック柄ピーコート 19,950円／シャーロット ロンソン　スタッズつきタートルニット 5,985円／Pin Curl　バッグ 12,390円／Joias　折り返しショートブーツ 16,800円／Dgrace（ビー・エックス）　ショートブーツは、アクセントになるボリュームファーつきをチョイスするのがポイント！



Look 10

ロングカーデにレイヤードしてフェミニンカジュアル！

〈10〉デニンス 6,090円／LOVE BOAT渋谷109店　カーデ 9,975円／ローズブリット（オンワード樫山）　ワンピ 15,750円／Honey mi Honey　タンクトップ 3,045円／MILLION CARATS　ベルト 5,250円／シャーロット ロンソン　ネックレス 3,045円、バッグ 18,900円／ともにXmiss（エスシステム）　ブーツ 36,750円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ（サン・トロペ コーポレーション）　レイヤードで叶える、大人可愛いグラデーションコーデ



Look 7

ピンクウエスタンブーツを合わせてPOPカジュアルに

〈7〉すそシャーリングデニム 12,390円／LITIRA　ファージャケット 52,290円、バッグ 8,295円／ともにDazzliN'　レースタンク 8,925円／RYZA（DraSTic）　ベルト 5,145円／SWORD FISH 心斎橋OPA店　ブーツ 20,790円／Language（Language 六本木ヒルズ店）　子供っぽくなりがちなピンクブーツを、濃いインディゴで引き締めて。

切りっぱなし or ボアつきが主流！

# ミニ2デニムショーパン

New Denim Short Pants

人気継続中のショーパンはよりショート&よりラフに進化中！ユーズド風の味のあるデザインが主流です。

WINTER LOOK



LOOK 13

チェック柄タイツのレイヤードでマンネリ打破！

…)デニムショーパン …00円／JB Girl(J… …irl新宿ルミネエス…) コート 1…,690 … LITIRA Tシャ… …,140円／アルバロ… …(アルバローザ ジ…ン) バッグ 4,095 … Ober Tashé 渋…09店 タイツ 2,100 … 17C(17C by Bl…doll ルミネ新宿店) …ツ 7,980円／Boni… 渋谷109-①店 …の高いチェック柄 … 部分見せで勝負！



ロングマフラーで縦ラインを強調できる簡単テク！

LOOK 12

〈12〉デニムショーパン 12,495円／MILLION CARATS コート 37,800円／Gabriel (DEARA&Gabriel) ジャケット 14,700円／レストローズ Tシャツ 4,410円／SmackyGlam(SANYO SHOKAI) マフラー 6,300円／グー コミューン(グランカスケードインク) バッグ 5,880円／Honey Bunch心斎橋OPA店 ブーツ 14,490円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 タイツ／スタイリスト私物 ロングマフラーはざっくり編みニットで、重くなりがちを防止！



LOOK 11

ドット柄ニーソックス×パンプスで最旬足元コーデ！

〈11〉デニムショーパン 9,975円／Dual THREAD有楽町マルイ店 コート 33,600円／Dgrace(ビー・エックス) ニットカーデ 17,850円／レッセ・パッセ バッグ 26,250円／バイオレットハンガー マルイシティ渋谷店 パンプス 6,195円／R&E渋谷109店 ソックス 1,680円／17C(17C by Blondoll ルミネエスト新宿店) ドット柄は大人なモノトーンをセレクトするのがマスト！



LOOK 15

柄レギンスで肌チラ見せして重さを軽減！

…15)デニムショーパン 11,340円／Jolas …ャケット 15,750円／ピバユー ニット(パ…ールネックレスつき) 6,930円／LD prime …ボンピン 4,725円／Dual THREAD有楽町…マルイ店 ベレー帽 3,990円／Honey Bun…ch心斎橋OPA店 バッグ 9,345円／Feroux (…オンワード樫山) レギンス 2,100円／17C (17C by Blondoll ルミネエスト新宿店) …パンプス 11,340円／DURAS 主張の激し…い柄レギンスには、ポケットの裏地見せでラ…フさをプラス。



LOOK 14

生脚派にはボアつき&ファーつきがマスト！

〈14〉デニムショーパン 25,200円／YANUK(カイタックインターナショナル) ボアつきダウンジャケット 8,925円／Barbie ロゴTシャツ 5,460円／Dgrace(ビー・エックス) マフラー 3,990円／LOVE GIRLS MARKET代官山店 バッグ 8,295円／Double dazzle ブーツ 12,600円／MILLION CARATS アクティブな印象のボアつきもブラックなら子供っぽくなりすぎず◎。

使い方いろいろ！

# Oversize Denim Shirt

## オーバーサイズ デニムシャツ

はおりものとしてもワンピとしても使える万能シャツ。わざとボーイズライクな大きめサイズを買うのがポイント！

〈16〉デニムシャツ 22,050円／トゥルー リリジョン ブランド ジーンズ(トゥルーリリジョンジャパン) コート 40,950円／the Closet 代官山店 Tシャツ 7,140円、サングラス 6,090円／ともにアルバローザ(アルバローザ ジャパン) パンツ 10,290円／Joias ピアス 1,995円／SWORD FISH 心斎橋OPA店 バッグ 18,900円／DECOBA/Xmiss(エスシステム) ブーツ 10,290円／ilima by pure elegance (イーボル)

〈17〉デニムシャツ 19,950円／MASCULO(遊心クリエイション) ライダースジャケット 45,990円／MET(栄光商事) ニット 6,090円／DURAS チュチュスカート(帽子とセット) 8,925円／Pin Curl ネックレス 2,100円／DURAS バッグ 8,295円／Dual THREAD 有楽町マルイ店 ニーハイブーツ 11,340円／R&E渋谷109店 シャツを巻くだけで、こなれヴィンテージスタイルに。

〈18〉デニムシャツ 8,190円、チェック柄シャツワンピ 8,190円、Tシャツ 4,410円、バッグ 11,340円／以上DURAS もこもこパーカ 6,930円／Brownie bee ベルト 1,995円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 ネックレス 1,995円／ValenTine's High渋谷109店 パンプス 6,195円／R&E渋谷109店 レギンス 7,875円／LA Viotta お目立ちリボンベルト






コンパクトサイズに注目せよ

# Denim Jacket Like Vintage

## ヴィンテージ風Gジャン

Gジャンブームが大復活！ サンドしても着られるタイトなシルエットに注目です。ガーリーなGジャンはインディゴで大人めにシフト。




〈19〉Gジャン 16,800円／Lee(リー・ジャパン) ダウンジャケット 19,950円／Feroux(オンワード樫山) ネックレスプリントTシャツ 13,440円／iriiri(カイタックインターナショナル) ツイードショートパンツ 12,600円／DURAS ambient バッグ 10,290円／Honey Bunch心斎橋OPA店 ニーハイブーツ 10,290円／BABY PURE(イーボル) コンパクトシルエットなら、もこもこダウンの下でもすっきりラインをキープ。

〈20〉Gジャン 12,390円、バッグ 11,340円／ともにDURAS ビジューつきショールジャケット 9,345円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 チェック柄シャツワンピ 7,980円／LagunaMoon パールネックレス 3,990円／BE RADIANCE ニーハイブーツ 14,490円／BABY PURE(イーボル) 大人っぽいテーラードジャケットにレイヤードするなら、えりを立てるのが決め手！

〈21〉Gジャン 16,800円／リーバイス®(リーバイ・ストラウス ジャパン) ファーベスト 19,950円／Dual THREAD有楽町マルイ店 花柄シフォンワンピ 12,600円／BE RADIANCE バッグ 7,245円／ROJITA渋谷109店 ニーハイブーツ 10,290円／ilima by pure elegance(イーボル) レイヤードするだけで、季節感も演出してくれるファーマジック！

Ray 看板スタイリスト

# 渡邉恵子さん厳選！

# PART 3 Under ¥10,000台のVALUEデニム☆

人気ブランドからロープラデニムが続々登場中！　お値段もデザインも優秀な「お値打ちデニム」の中から、とっておきの6本をスタイリスト渡邉恵子さんがセレクトしました！



ビバユー VIVA YOU ¥9,975

…イズデニム 9,975 …ビバユー　ジャケ… 10,290円／レス…ーズ　Tシャツ 7,…、帽子 8,400円／…にRYZA（DraS…　LOVEネックレ…,920円／DURAS …ent　パールネッ…ス 12,600円／イマ…ル　バッグ 10,290…ソースコーナー…ブス 7,245円／pu…peur（イーボル）…ッとしたボーイズ…ムには、ショート…アウターがメリハ…UPのお約束！

…eiko's Voice
…エル風のデザインが今…い！　ラフな感じのゆ…ニムを大人っぽく着る…ロールUP×ハイヒー…ベストチョイスです。



Decious ディシャス ¥8,820

デニムショーパン 8,820円／Decious Jeans（Decious）　Gジャン 15,540円／JB Girl（JB Girl新宿ルミネエスト店）　ボーダータートルニット 5,145円／beberose　ツイードライダースジャケット 17,640円／Joias　トレンカ 3,675円／DURAS ambient バッグ 16,800円／サマンサベガセレブリティ 新宿ミロード店　パンプス 18,900円／ピープル（THE FIRST style有楽町マルイ店）　ライダースの下にGジャンをサンドした、さりげない上級レイヤードテク。

Keiko's Voice
キュートな折り返しデザインと右脚のミニポケットがポイント。丈も短すぎないから、トレンカやタイツのレイヤードにもオススメ！



SmackyGlam スマッキーグラム ¥9,030

Keiko's Voice
センターボタンはビビッドな蛍光ピンク！　幾何学模様のシフォンスカーフつきだからコーデのアクセントに使えて、とても便利♪

デニムショーパン 9,030円、ジャケット 39,900円／ともにSmackyGlam（SANYO SHOKAI）　カーデ 16,800円、Tシャツ 4,095円／ともにRYZA（DraSTic）　バッグ 19,425円／サマンサベガ プランタン銀座店　ブーツ 21,840円／Joias　カジュアルなクラッシュ入りにはファーコートでリッチさをプラス。シンプルな白カーデをレイヤードして、こなれ度もあたたかさも急上昇間違いナシ。



…iko's Voice
…チされた絶妙な色合…ンプルなラインが魅…人なスキニーデニム…ウォッシュ加工で立体…情が楽しめます。

RED CARD for kitson レッドカードフォーキットソン ¥9,975

…ニーデニム 9,975 …RED CARD for …on、ウールチェッ…ピーコート 22,05…／Party People、…ードブーツ 63,0…／Paur La vict…（以上kitson）…トンバッグ 17,850…サマンサベガ プ…タン銀座店　見慣…ブーツインスタイ…グレースキニーな…旬顔にブラッシュ…プ！　上品なチェ…柄コートで、グッ…ール風に仕上げて。



DR.DENIM ドクターデニム ¥9,345

スキニーデニム 9,345円／DR.DENIM（栄光商事）　2wayコート 18,900円／LagunaMoon　Vネックカットソー 10,290円／MET（栄光商事）　シャツ 8,925円／Dual THREAD有楽町マルイ店　ネクタイ 2,100円／DURAS　バッグ 17,325円／サマンサベガ プランタン銀座店　ブーツ 12,390円／BABY PURE（イーボル）　デニムが主役の新鮮プレッピースタイル。

Keiko's Voice
ワンウォッシュくらいの色落ちだから、キレイめスタイルにぴったり！　細身&ストレートタイプで美脚度UPも間違いナシです。



Keiko's Voice
便利なとりはずし可能な黒リボンベルトつき！　上品な色落ち感とシンプルなデザインシルエットなので使いやすさも抜群です。

JILL by JILLSTUART ジル バイ ジル スチュアート ¥7,350

ボーイズデニム 7,350円／JILL by JILLSTUART　ツイードジャケット 23,100円／mercuryLUX（MERCURYDUO）　ロゴTシャツ 4,095円／DazzliN'　ネックレス 11,550円／Language（Language 六本木ヒルズ店）　バッグ 4,830円／la Bala（SANYO SHOKAI）　パンプス 6,195円／REZOY渋谷109店　ピンクパンプスとピンクジャケットでフェミニンさ&華やぎをプラス。

# PART 4 2010年 春の流行デニム 予測ジャーナル

デニム主役のコーディネートが、この春大HITの予感！　春のNEWデニムはデザインもシルエットもバリエ豊富。チェックしておきたい流行キーワードをいち早くお伝えします！

圧倒的人気ブランドの新作は淡色に注目

トゥルー リリジョン

## TRUE RELIGIONの春の新作をCatch！

話題作のオンパレードでデニムシーンをけん引する「トゥルー リリジョン」。リリースされた新作は春らしい淡いカラーのラインナップ。ライダースジャケットや切りっぱなしショーパンも女のコらしく着られて春にぴったり！



←ジャケット 35,700円／トゥルー リリジョン ブランド ジーンズ（トゥルーリリジョンジャパン）



→パンツ 19,425円／トゥルー リリジョン ブランド ジーンズ（トゥルーリリジョンジャパン）

スモーク
Smork



→デニムシャツ 9,975円／Smork（Smork by Language原宿店）　ガーリーな印象のセンターフリルつきタイプ。

ガーリーな「カウガールテイスト」が流行の予感

## 春のヒットアイテムNo.1はデニムシャツに決定！

この春1枚は持っていたいのが、はおりものとしても使えるデニムシャツ。春トレンドのキーワード「カウガール＆フォークロア」に合わせて、ウエスタン風のベルトやベストをONするのがキモ！　オーバーサイズも人気です。



D&Gコレクション
©AFLO

有名アーティストとの豪華コラボが実現！

ディシャス

## Decious ×Yoichiro コラボデニム登場！

あのルイ・ヴィトンとのコラボ...ションという偉業を成しとげ...進気鋭のアーティスト、Yoic...今回のコラボでは、クールリッ...スタイルで人気の「Decious...ns」のデニムにペインティン...るという大胆なアイテムが完...





↑〈右から〉デニム 13,650円、...クストーンつきデニム 12,600...ともにDecious Jeans(Decio...

上品にデニムをとり入れたいコ必見

## 春色カラーデニムを探すならJILLSTUARTが大本命！

ジル スチュアート

デニムもとことん女のコらしく着こなしたいというコにオススメなのが"春色デニム"！　イチオシはライトグリーンが新鮮な印象のJILLSTUARTに決定。ジャケットとスカート両方買えば、セットアップとしても使えて重宝♪



→ライトグリーンデニムジャケット 22,050円、スカート 13,650円／ともにジル スチュアート　切りっぱなしデニムもキレイ色ならレディな印象に。スカートはバックにリボンつき。

ナチュラルな魅力を引き立てるガーリーアイテム

## デニムワンピースが人気ブランドから続々！

人気ブランドの展示会に行くと、必ずといってもいいほど目にするのがデニムワンピース。1枚でナチュラルな雰囲気を演出するワンピースは男女ともに好感度大！　インディゴからダンガリーまで、カラーもさまざまです。

Language
ランゲージ



C.C.CROSS
シーシークロス
展示会





←ドット柄ダンガリーキャミワンピース 18,900円／Language（Language 六本木ヒルズ店）　可愛いドット柄＆レディな黒レースがベストマッチな1枚。大きめリボンでお目立ち度も最高潮！

アイテムも豊富になって本格的に流行のきざ...

## ケミカルウォッシュデニム 旋風上陸...

ハードテイストなケミカルウォッシュデニム。春はデイリーに使いやすく...て新登場。着心地抜群のデニンスや、ガーリーなコルセット、初心者向け...ョーパンなど、アイテムもいろいろ。コーデの幅が広がること間違いナシ...



Mischa Barton
ミーシャ・バートン
©AFLO



Language
ランゲージ



beberose
ベベローズ



Decious
ディシャ...

↗〈右から〉デニンス 5,880円／Decious　ハードなクラッシュタイプ。　コルセット型トップス 11,550円／Language（Language 六本木ヒルズ店）　女のコらしい編み上げデザイン。　デニムショートパンツ 7,245円／beberose　切りっぱなしデザインがメンズライク。


Imminent Treasures
身近にある宝物たち
あなたの欲しいジュエリーをプレゼント!!
Select A
2名様
Select C
1名様
Select B
1名様
Select D
1名様
Select F
2名様
Select E
1名様

monthly

# It News

photograph / Rie Hishiya
styling / Rico Obinata






早いコはすでにチェックずみ

# NEXTブームな小物は
# ユニオンジャックで決まり!

秋冬のファッション界ではユニオンジャックモチーフが流
かわって春は、小物でＢＯＯＭが巻き起こりそ
インパクト大な装いで、コーデのスパイスに活躍間違いナ
今すぐＣＨＥＣＫして、おしゃれセンスを格段ＵＰして






1スパンコールクラッチバッグ(13×30×1.5cm)
0円、2スパンコールポーチ(9 ×13cm) 1,550円
もにアクセサライズ 原宿店　3黒ユニオンジャッ
ッグ(25×37×13cm)〈ポーチ(12×20cm)〉16,8
(2月中旬展開)／サマンサベガ セレブリティ
ミロード店　4黒パンプス(ヒール9cm) 18,900
KariAng(モーダ・クレア)　5ラインストーン小物
(6.5×6.5×4cm) 750円、6パスケース(7.5×1
950円／ともにアクセサライズ 原宿店　7バン
7,770円、 8馬ブローチ7,770円／ともにアンナ
オブ ロンドン(デマリア ジャパン)　9がま口型
ッチバッグ(14×27×1.5cm) 5,980円／アクセサ
ズ原宿店　10ブローチ 3,885円／アンナルー
ロンドン(デマリア ジャパン)　11リボン金具つ
ッグ(36×36×7cm)〈ポーチ(11×19.5cm)〉1
円(2月末展開)、12キャンパストート(20×32
cm) 16,800円(3月中旬展開)／ともにサマンサ
プランタン銀座店　13刺しゅうポーチ(9.5×1
1,300円／アクセサライズ原宿店　14ユニオン
ックトランク(43×75×20cm) 価格未定／グロ
・トロッター ジャパン

●取材店リストは254ページにあります。
※バッグのサイズは(タテ×ヨコ×マチcm)で編集



こまで可愛く！

# Look"を発表！

*Midori Kuzuoka*

## Midori's Coordinate

ピンクツイードジャケット
21,000円 / mercuryLUX(MERCURYDUO) バーゲンに出る確率 80%

白ロングTシャツ
4,725円 / titty & Co. 新宿店 バーゲンに出る確率 80%

スタッヅつきデニムパンツ
21,840円 / MURUA(MURUA マルイジャム渋谷店) バーゲンに出る確率 30%

黒リボンつきボールネックレス
3,990円 / BE RADIANCE バーゲンに出る確率 50%

黒パテント型押しクラッチバッグ
8,925円 / Rew de Rew バーゲンに出る確率 30%

グリッターラメパンプス
14,700円 / Joias バーゲンに出る確率 40%

ツイードジャケットはあえてTシャツやブロークンデニムでカジュアルダウン。こなれ感を演出するのがこの冬のマストルール。

カジュアルダウンさせて魅せる
お高めツイードコーデ

# 8の法則

シーズンラストのBIGなお買い物イベントといえばバーゲン！　だけど、安いから買いすぎちゃったり、着こなせなかったり意外と失敗しがちじゃない!?
そこでRay編集部が調査した必勝法をレクチャーします。これ読んで賢くラス買い争奪戦を勝ち抜いて！

撮影／高野友也（PEACE MONKEY・モデル）、石沢義人（静物）　スタイリング／岡安幸代
ヘア&メイク／柴田洋一郎（P-cott）　モデル／葛岡碧、今井りか、泉里香　●取材店リストは254ページにあります。
●バーゲンに出る確率は編集部調べで、あくまでも予定になります。

# "賢く"可愛くが絶対条件！
# バーゲン攻略

Bargain

究極の
バーゲンアイテ

# "お高め

リアルファー、ツイード、レース
この冬絶対欲しいアイテムが
「それ、いくらで買ったの？」
みんなに聞かれる、トレンドコー
完成しちゃうん

Rica Imai

ゴージャスファーが主役の
冬のリュクスSTYLE



**Rica's** Coordinate

ベージュレオパード柄ファーコート
31,290円／beberose
バーゲンに出る確率 100%

黒総レースワンピ
11,340円／スパニッシュハーレム(Romeo y Julieta 原宿店)
バーゲンに出る確率 50%

シルバーハートネックレス
1,575円／INGNI
バーゲンに出る確率 30%

ピンクキルティングバッグ
9,870円／SmackyGlam(SANYO SHOKAI)
バーゲンに出る確率 40%

黒リボンつきニーハイブーツ
12,600円／LD prime
バーゲンに出る確率 80%

COOLな黒コーデにパンチの効いたアニマル柄をON！ リアルファーアウターもバーゲンで格安GETできちゃう。



←白ファーティアードボレロ 16,800円／ヴィルセレクション新宿ルミネエス店

バーゲンに出る確率 40%

ション
LL
ECTION
ァー
ロ

で
枚売れ！
ってるのが
ティーにも
使えます。



追加生産3回で
800個売れ！
POPなカラフルツイード、立体感のあるシルエットが◎。パープルが一番人気！

バーゲンに出る確率 60%

ジョイアス
## Joiasのツイードクラッチバッグ

↑パープルファンシーツイードクラッチバッグ 9,345円／Joias



←グレーシングルボタンスタンドカラーコート 24,150円／BE RADIANCE

バーゲンに出る確率 70%

ス
## eciousのスタッズベスト

ッズつき黒ベスト 8,820円／Decious



バーゲンに出る確率 70%



追加生産2回で
500枚売れ！
強すぎないスタッズ使いと、ケミカルウォッシュのひとクセデニムがHIT中！

バーゲンに出る確率 90%

問い合わせ殺到で
100枚売れ！
BOOMのスタッズのあしらいで飛び売れ。春まで使えます。

マーキュリーデュオ
## MERCURY DUOのスタッズつきデニムミニスカート

↑スタッズつきブリーチデニムスカート 11,550円／MERCURYDUO

ベベローズ
## beberoseのツイードパンプス



Ray掲載後
150足売れ！
クラシックなデザインが特徴。ワンピとセットで買っていく人も多いんです。

バーゲンに出る確率 100%

←黒×白ツイードパンプス 9,345円／beberose

シーズンTOTAL
300枚売れ！
そで口についたビジューにひと目ボレするお客様が多数！

ビーラディエンス
## BE RADIANCEのウールコート

# アイテムを真っ先に狙う！

*Hit Item*

ャンス！

人気プレスに聞いた
### バーゲン攻略3カ条

**1. ブランドのメルマガ会員になるべし！**
バーゲンシーズン前にアイテム情報が先にGETできる。しかもバーゲンよりひと足先に買える「プレセール」のお誘いも。

**2. バーゲン初日&最終日あたりを狙うべし！**
バーゲン期間の初日は人気のアイテムを買い、最終日ごろにさらにオフ率が上がるので、もう一度CHECK！

**3. バーゲン限定商品をGETすべし！**
バーゲン期間中に登場する限定商品がプレミア感高し。もちろん、価格はバーゲンアイテム並みなのでこれを狙うべし！

ザー・リッシェ
## ouweiser-richeのツイードジャケット



←白パールつきツイードジャケット 26,250円／アプワイザー・リッシェ

バーゲンに出る確率 30%

と1週間で
0枚売れ！
なシルエットで
着こなせるのが
イントです。



↓ヴィンテージローズ柄黒ワンピ 24,150円／レッセ・パッセ

発売後1カ月で
600枚売れ！
ヴィンテージ風なローズ柄とドット柄のオリジナルプリントが人気の秘密！

バーゲンに出る確率 40%

レッセ・パッセ
## LAISSÉ PASSÉのローズ柄ワンピース



秋冬シーズンで
800枚売れ！
台形ミニなのでスタイルUP効果も。各店、数枚しか出ないので急いで！

バーゲンに出る確率 30%

リティラ
## LITIRAのチェック柄ミニスカート

←ダークブラウンチェック柄ミニスカート 11,340円／LITIRA

レストローズ
## L'EST ROSEのレースフリルチュニック

→生成りレースフリルチュニック(キャミつき) 11,550円／レストローズ



問い合わせ殺到の
250枚売れ！
オールシーズン使えるチュニック。上品なフリル使いが可愛いって評判です。

バーゲンに出る確率 90%



バーゲンに出る確率 40%

エルディー プライム
## LD primeのファーリボンブーティ

←黒ファー×リボンブーティ 8,925円／LD prime

2回追加生産入って
150足売れ！
とりはずしできるファーのボリュームで脚が細く見えるのもうれしい♪



バーゲンに出る確率 70%

## INGNIのダルメシアンハット

秋から大HIT
300個売れ！
これ1つでトレンドをとり入れられて人気。INGNIの小物はどれも大人気！

ダルメシアン柄ハット 2,945円／INGNI





レッセ・パッセ

## LAISSÉ PASSÉの ツインニット

シーズンTOTAL 500枚売れ! ポケット部分のパールリボンの可愛さにひと目ぼれする人多数!

バーゲンに出る確率50%

バーゲンに出る確率70%

↑パールリボンつきツインニット 各14,700円／レッセ・パッセ



ロディスポット

## LODISPOTTOの ファーつきジャケット

1カ月で 100枚売れ! ファーのえりはとりはずし可で、ノーカラージャケットとしても使えます!

→ファーつき黒合皮ジャケット 6,195円／LODISPOTTO



マーキュリーデュオ

## MERCURYDUOの レーススカート

3カ月で 300枚… レース&バルー… らしいデザイ… 白が鉄板の人…

←白い… ルー… ト7,… MERC UO

スマッキーグラム



## Smacky Glamの スエードニーハイブーツ

→グレースエードニーハイブーツ 14,700円／SmackyGlam (SANYO SHOKAI)

バーゲンに出る確率50%

毎週売り上げTOP10で 150足売れ! フラットに見えて実はインソール入り。こっそり脚長効果も狙えます!



イング

## INGNIの レオパードベレー帽

秋から大HITで 2000個売れ! ボンボンはとりはずし可能。強めにならないレオパードハットでオススメです。

↙ベージュレオパード柄アンゴラベレー帽 3,045円／INGNI

バーゲンに出る確率40%



ムルーア

## MURUAの ショートジャケット

←グレーベーシックショートジャケット 16,590円／MURUA(MURUAマルイジャム渋谷店)

バーゲンに出る確率50%

追加生産かかって 600枚売れ! MURUAの大HITシリーズといえばコレ。コンパクトなシルエットが人気です

バーゲン攻略の法則 01

人気ブランドのプレスの証言つき!

# 指名買い殺到のHI…

今シーズンの飛び売れHITアイテムがバーゲンに登場。実は欲しいと思ってたトレンドアイテムが通常よりも安い金…



ビーラディエンス

## BE RADIANCEの スタンドカラーコート

バーゲンに出る確率80%

カタログ掲載後 350枚売れ! レトロなデザイン&Aラインシルエットで飛び売れ中です!

←ピンクくるみボタンスタンドカラーコート 24,150円／BE RADIANCE



ジョイアス

## Joiasの ノーカラーコート

追加生産2回で 1500枚売れ! ツイード素材&着やせ効果バツグンの美ラインが売れてる理由!

←黒ノーカラーコート 24,990円／Joias

バーゲンに出る確率30%



エルディー プライム

## LD prim… ポンポン… パンプス…

3カ月で 110足売れ… ボンボンはとりはず… ので2通り楽しめ… 丸みのある形が大人…

←ポンポンつきヒールピ… 7,245円／LD prime

バーゲンに出る確率50%



ミリオンカラッツ

## MILLION CARATSの ムートンコート

→白ムートンコート 19,845円／MILLION CARATS

発売1カ月で 200枚売れ! フードがとりはずしできて、2WAYで使えるお得アウター。

何枚あっても、まだまだ足りない！

# 1枚で流行コーデが完成する旬ワンピースをまとめ買い！

One-piece

可愛いのはもちろん、お手軽にコーディネートできちゃうのがワンピース。この冬もバリエ豊富なので、大量GETしちゃって！



➡黒レース柄フロッキーワンピース 13,440円／Joias　ロングブーツ 12,390円／R&E渋谷109店 レース柄のヴィンテージ風がトレンドど真ん中なクラシックデザインワンピ。透け感のあるシフォン素材で春まで使えます。

ジョイアス

## Joiasのレースワンピース

透け感のあるレースワンピで視線をひとり占め♪

バーゲンに出る確率 50%

甘い小ワザで強めワンピと甘辛MIX

⬅ベージュレオパード柄サテンワンピ 10,080円／Honey Bunch（Honey Bunch名鉄百貨店本店ヤング館店）　パールネックレス 1,260円／ROJITA 渋谷109店　タイツ 1,470円／靴下屋（タビオ）　ブーティ 7,245円／LODISPOTTO　キルティングチェーンバッグ 8,295円／DazzliN'　スカート部分のふわっとしたシルエットとウエストのリボンで甘さもプラス。

バーゲンに出る確率 50%

ハニーバンチ

## Honey Bunchのレオパード柄ワンピース

すその広がったお姫様ドーリーラインが飛び売れ確実！

バーゲンに出る確率 30%

レッセ・パッセ

## LAISSÉ PASSÉのフラワーワンピース

➡アイボリーフラワー柄ワンピ 25,200円／レッセ・パッセ　ファーティペット 7,245円／titty & Co.新宿店　レザーグローブ 参考商品／ロミィジュリエッタ（Romeo y Julieta原宿店）　メッシュクラッチバッグ 9,345円／ROYAL PARTY　パンプス 5,985円／LODISPOTTO　ブリブリに見えないアイボリーカラーが大人な印象。オケージョン用としても使えちゃいます。

ネイビー×淡色ピンクの大人SWEETな雰囲気に！

ビターな甘さのヴィンテージ風デザイ

バーゲンに出る確率 30%

ジュ－つきワンピ 19,950円／アプリッシェ　ビジューつきアンゴラベ95円／DazzliN'　リボンつきチェー930円／LD prime　エナメルパンプ円／スパニッシュハーレム（Romeo y店）　クラシックなレトロワンピ。リボンがついてキュートなディテーないで！

ザー・リッシェ

## puweiser-richeのジューつきワンピース

ベベローズ

## beberoseの花柄フリルワンピース

➡ネイビー花柄フリルワンピ 7,245円／beberose　スパンコール×ファーバッグ 8,190円／カカトウ（アンビリオン）　ロングブーツ 12,390円／R&E渋谷109店　花柄&フリルで甘くなりすぎになってしまうところをネイビーカラーで引き締め。

バーゲンに出る確率 50%

バーゲンに出る確率 50%

ビーラディエンス

## BE RADIANCEの切り替えワンピース

⬆黒×ピンクローウエスト切り替えワンピ 12,600円／BE RADIANCE　ビジューつきヘアバンド 1,995円、レオパード柄リボンチェーンバッグ 8,295円／ともにDazzliN'　グリッターパンプス 14,700円／Joias　BE RADIANCEで人気のローウエスト切り替えワンピの進化版。上品なペールトーンのピンク&ティアードで女らしさを手に入れて！

読者100人に聞いた

### バーゲン攻略3カ条

**1. 試着をしてサイズ確認をすべし！**

試着しないで買ったら、サイズが合わなかったっていう読者多数。当日もしくは、狙ってる服をバーゲン前に試着すべし。

**2. 買いたいものをメモしておくべし！**

ついつい予定にないものを勢いで買うのがバーゲン。本当に欲しいものをしっかり覚えておくためにメモが㊙です！

**3. バーゲンは友達と行くべし。親ならなおよし！**

買いすぎ防止のため友達に似合うのか買ったほうがいいか判定してもらう。お財布に厳しい親は格好の審判に。

ビーラディエンス
## BE RADIANCEのノーカラーツイードコート



バーゲンに出る確率60%

↑黒ラメツイードワンピースコート 22,050円／BE RADIANCE 1枚でおしゃれにキマるワンピ風コート。ぜいたくなラメがコーディネートに華やかさをプラスしてくれます。

エルディー プライム
## LD primeのライダースジャケット



バーゲンに出る確率30%

→黒ライダースジャケット 9,975円／LD prime フロントのファスナーがシャープな印象を与えるダブルタイプ。バーゲンだとさらに激安GETできちゃう！

マーキュリーデュオ
## MERCURYDUOのテーラードジャケット



バーゲンに出る確率70%

↑グレーテーラードロングジャケット 15,750円／MERCURYDUO インナーを選ばないロングタイプがオススメ。グレーカラーで春まで着回して。

エルディー プライム
## LD primeのムートンコート



バーゲンに出る確率50%

→ベージュフェイクムートンコート 22,050円／LD prime ボリューミーなボアをあしらったもこもこなシルエットがキュート。

マーキュリーデュオ
## MERCURYDUOのツイードコート



→ピンクループツイードコート 19,950円／MERCURYDUO もはやピンクも定番色。ペールトーンの上品な甘さをコーデにON。



冬の黒コーデはレトロコートでお嬢様モード

バーゲンに出る確率80%

ビーラディエンス
## BE RADIANCEのファーつきロングコート

↑黒ファーつきロングコート 30,450円／BE RADIANCE 黒タイツ 1,050円／靴下屋(タビオ) 白キルティングバッグ 8,295円／DazzlinΨ タイツ 1,050円／靴下屋(タビオ) グレースパンコールリボンつきパンプス 6,195円／REZOY渋谷109店 計算された美人シルエットが魅力的。[illegible]ファーつきコートがバーゲンでGETできちゃう！

もこもこアウターはカジュアルダウンで攻略！

バーゲンに出る確率50%

イング
## INGNIのフェイクファーコート

↗オフ白フェイクファーショールカラーコート 7,245円／INGNI 黒スパンコールリボンTシャツ 4,095円／DazzlinΨ チャームつきインディゴデニムショーパン 7,245円／titty & Co.新宿店 黒キャンディバッグ 6,195円／Spiral Girl 黒タッセルつきニーハイブーツ 29,400円／アルバローザ(アルバローザジャパン) 冬にピッタリなもこもこ素材。

ペイズリーワンピとの甘辛MIXが鉄板着こなしルール

ジョイアス
## Joiasのミリタリーコート

↑カーキシャーリングミリタリーロングコート 26,040円／Joias パープルペイズリー柄シフォンワンピ 12,600円／MILLION CARATS ピンクスタッズつきレザーバッグ 9,975円／DELYLE ブーツ 12,390円／REZOY渋谷109店 ヒップまで隠れる丈でカジュアルに着こなせる。ミリタリーコートなのに細身で美シルエットなのもうれしい！

バーゲン攻略の法則 03

シンプルデザインが攻略のカギ

# 長く着られる定番アウター Outer は買って絶対損なし！

長く着られる&着回し力があるBASICなデザインを選ぶのがポイント。しかも、この冬は定番アウターがバーゲンに数多く登場予定！

ロディスポット
## LODISPOTTOのファーつきロングコート



バーゲンに出る確率90%

→グレーフォックスファーつきロングコート 15,750円／LODISPOTTO ファーとポケットのリボンはとりはずしできる優秀デザイン。



お呼ばれしたときも使える上品コサージつき

アプワイザー・リッシェ
## Apuweiser-richeのコサージつきニット

バーゲンに出る確率 40%

←ピンクコサージつきニット 12,600円／アプワイザー・リッシェ ツイードバルーンショーパン 10,290円／Jolas



ベベローズ
## beberoseの花柄ブラウス

←ピンク花柄シフォンブラウス 5,145円／beberose

バーゲンに出る確率 30%

バーゲンに出る確率 50%

レイヴロッサ クラリティ
## REVROSSA CLARITYの花柄チュニック

→黄花柄チュニック 5,985円／レイヴロッサ クラリティ



→白シフォンドット柄ボウタイブラウス 5,145円／beberose ベレー帽 3,990円／DELYLE タータックバルーンショーパン 8,295円／Jolas

1枚で主役になれるドット&リボンの鉄板ブラウス

バーゲンに出る確率 50%

ベベローズ
## beberoseのドット柄ブラウス

バーゲン攻略の法則 04

バーゲン上手はNEXTシーズンもターゲット

# 春まで使える万能トップス Tops は迷わずGET!

季節を問わない定番アイテムのツインニットやロンTは当たり前。春定番の花柄プリント、レースものなどを今から狙い撃ちしちゃいましょ!



## …LYLEの…グTシャツ

…リントピンク…ャツ 4,935円

バーゲンに出る確率 30%

…0%

ディシャス
## DeciousのロングTシャツ

←ビジューつきグレーロングTシャツ 6,930円／Decious



↘オフホワイトすそレースチュニック 6,930円／レイブロッサ クラリティ

レイヴロッサ クラリティ
## REVROSSA CLARITYのレースチュニック

バーゲンに出る確率 50%

バーゲンに出る確率 70%

ティティ&コー
## titty & Co.のフリルブラウス

↗オフホワイトフリルブラウス 7,245円／titty & Co. 新宿店



## …Balaの…ンニット

…50%

ぜいたくにちりばめられたビジューに♥

…つき黒ア…ルニット…a Bala(SA…KAI) ケミ…ミニスカ…5円 Dazz



ウィルセレクション
## WILLSELECTIONのツインニット

←うすピンクジップアップツインニット 14,490円／ウィルセレクション 新宿ルミネエスト店

バーゲンに出る確率 50%

エルディー プライム
## LD primeのツインニット

→オフホワイトパール×リボンツインニット 6,930円／LD prime

バーゲンに出る確率 70%



→ロゴ入り黒ロンT 4,830円／Decious 七分丈デニムパンツ 9,345円／ROJITA渋谷109店 パール3連ロングネックレス 参考商品／レイヴロッサ クラリティ

ゆるいえりぐりでパールのリッチ感も倍増!

バーゲンに出る確率 80%

ディシャス
## DeciousのロングTシャツ

バーゲン
攻略の法則
# 05

難易度高いアイテムはコーデの心配いらずの格安で！
# マンネリ打破できる イメチェンアイテムこそ バーゲン頼み！
Image Change Item

今まで挑戦しづらかったアイテムこそ、
お財布にやさしいバーゲンでGET。
自分のお決まりコーデから
レベルUPするのはバーゲン時期の今しかない！



## Volume Skirt
## ボリュームスカート

フリ×フリなボリュームミニは
トップスのすそからチラ見せで
攻略してみて！

Wear it!

アルバローザ
ALBA ROSA
バーゲンに出る確率 30%

←ベージュグラデーションフラワースカート 17,640円／アルバローザ(アルバローザ ジャパン) リボンニットワンピ 7,875円／Spiral Girl

レッセ・パッセ
LAISSÉ PASSÉ
バーゲンに出る確率 40%

➡グリーンローズ柄スカート 14,700円／レッセ・パッセ

マーキュリーデュオ
MERCURYDUO
バーゲンに出る確率 80%

←パープルチュールスカート 7,875円／MERCURYDUO



1本投入するだけで
こなれ感UPを

## Sarrouel Pan[ts]
## サルエルパンツ

独特なシルエットで難易[度]
に見えるサルエル。合わ[せ]
カジュアルコーデがランク[UP]

Wear it!

スパニッシュハーレム
Spanish Harlem
バーゲンに出る確率 40%

←黒サルエルパンツ 9,345円／スパニッシュハーレム(Romeo y Julieta 原宿店)

マーキュリーリュクス
mercury[LUX]
バーゲンに出る確率 40%

⬆黒サテンサルエルパンツ 9,450円／mercuryLUX(MERCURYDUO) スタッズつきツイードジャケット 9,975円／INGNI ラメロゴカットソー 4,095円、ハット 5,145円／ともにDazzliN' キルティングスパンコールバッグ 11,340円／スウィングル 有楽町マルイ店 パンプス 6,195円／REZOY 渋谷109店



## Rompers
## 総柄ロンパース

独特なシルエットの
派手ロンパースは潔い
シンプル合わせが攻略のコツ。

Wear it!

いつもの甘め花柄も
カジュアルにシフト！

ダズリン
DazzliN'
バーゲンに出る確率 80%

➡パープル花柄シフォンロンパース 7,245円／DazzliN' ツイードバッグ 11,340円／Honey Bunch 名鉄百貨店本店ヤング館店 ロングブーツ 11,340円／R&E渋谷109店

ダズリン
DazzliN'
バーゲンに出る確率 80%

➡オフホワイトスタッズ×花柄ロンパース 7,245円／DazzliN'

リッチ
rich
バーゲンに出る確率 100%

➡グリーンドット刺しゅうシフォンロンパース 26,250円／rich(arl.)



## Fur vest
## ファーベスト

1枚でゴージャス感が
UPするファーベスト。
ヴィンテージワンピと
のコンビが鉄板！

Wear it!

イング
INGNI

➡ベージュラビットファーショート丈ベスト 4,935円／INGNI 小花柄チュニック 7,980円／レイヴロッサ クラリティブーツ 18,375円／Honey Bunch 名鉄百貨店本店ヤング館店

ジョイアス
Joias

➡黒ファーベスト 13,440円／Joias







↗ブルーマフラーつきパールニットワンピース 9,975円／BE RADIANCE

ビーラディエンス
## BE RADIANCEの ワンピース&マフラー

パールつきマフラーがアクセント。冬はもちろん春まで使えるさわやかブルー




→生成りラビットファーコート 19,950円／C.C.CROSS

シーシークロス
## C.C.CROSSの 3way ファーボレロ

とりはずしてティペットだけでも使えるし、ちょっとしたお出かけにもOKな優秀アウター。




↗ファーつき黒ブルゾン 26,040円／Joias

ジョイアス
## Joiasの ファーつきショートミリタリーブルゾン

首元ファーをはずせば、春まで使えるカジュアルなミリタリーコートに大変身！




スモーク
## Smorkの ベルトつき花柄ワンピ

主張しすぎないリボンベルトで大人な印象。引き締めカラーのネイビーがオススメ。

→ネイビーベルトつき花柄ベロアワンピ 19,950円／Smork（Smork by Language原宿店）

ラバーラ
## la Balaの ワンピース&マフラー

カラフルなミックスニットだから、マフラーなしでも暗くなりがちな冬コーデの差し色に。

←黄ミックスニットマフラーつきワンピ 8,820円／la Bala（SANYO SHOKAI） ファーかごバッグ 6,090円／カシュカシュ（アンビリオン） ニーハイブーツ 18,375円／Honey Bunch名鉄百貨店本店ヤング館店




ラバーラ
## la Balaの ベルトつき千鳥格子ワンピ

ジップアップのハードなイメージと可愛いリボンベルトがドッキングした甘辛ワンピ。

←ベルトつき黒×白ジップアップ千鳥格子柄ワンピ 8,820円／la Bala（SANYO SHOKAI）




レッセ・パッセ
## LAISSÉ PASSÉの ファーつきロングウールコート

美人シルエットなAラインロングコートは毎年1枚は必ずGETしたい。

←黒アンゴラドビーレッキスファーコート 44,100円／レッセ・パッセ

# 6 お得感UPな メリットアイテムを即買い！

バーゲン価格でさらにお買い得に！

Merit Item

そのまま着てもOKだし、それぞれバラバラにでもコーデが楽しめるメリットアイテム。激安バーゲン価格でGETして、冬コーデのバリエを増やしちゃいましょう。




ロディスポット
## LODISPOTTOの リバーシブルショート丈ダウンジャケット

ダウンなのにミニマムシルエットで、ラインがスッキリ見えるのがうれしいポイント。

白チェック柄
ブルナイロ
ンコート 6,5
LODISPOTTO




ロディスポット
## LODISPOTTOの リボンつきロングニット&花柄シフォンスカート

トップスのリボン、スカートの花柄の存在感でそれぞれ単品でも主役として活躍できそう

←グレーアンゴラニット&花柄シフォンスカートセット 5,985円／LODISPOTTO




## eberoseの ーシブル もこ ートンジャケット

アル冬アウター
人気のボア&ム
の両方楽しめち

ー×オフ白ムート
ケット 8,295円／
se




レッセ・パッセ
## LAISSÉ PASSÉの レーストップス&フリルショーパン

ニットトップスはレースとのコンビ。ショーパンにはラメ混でゴージャス感もプラス。

→アイボリーシアーレーストップス&フリルショーパンセット 18,900円／レッセ・パッセ ロザリオネックレス 2,520円／SmackyGlam（SANYO SHOKAI）

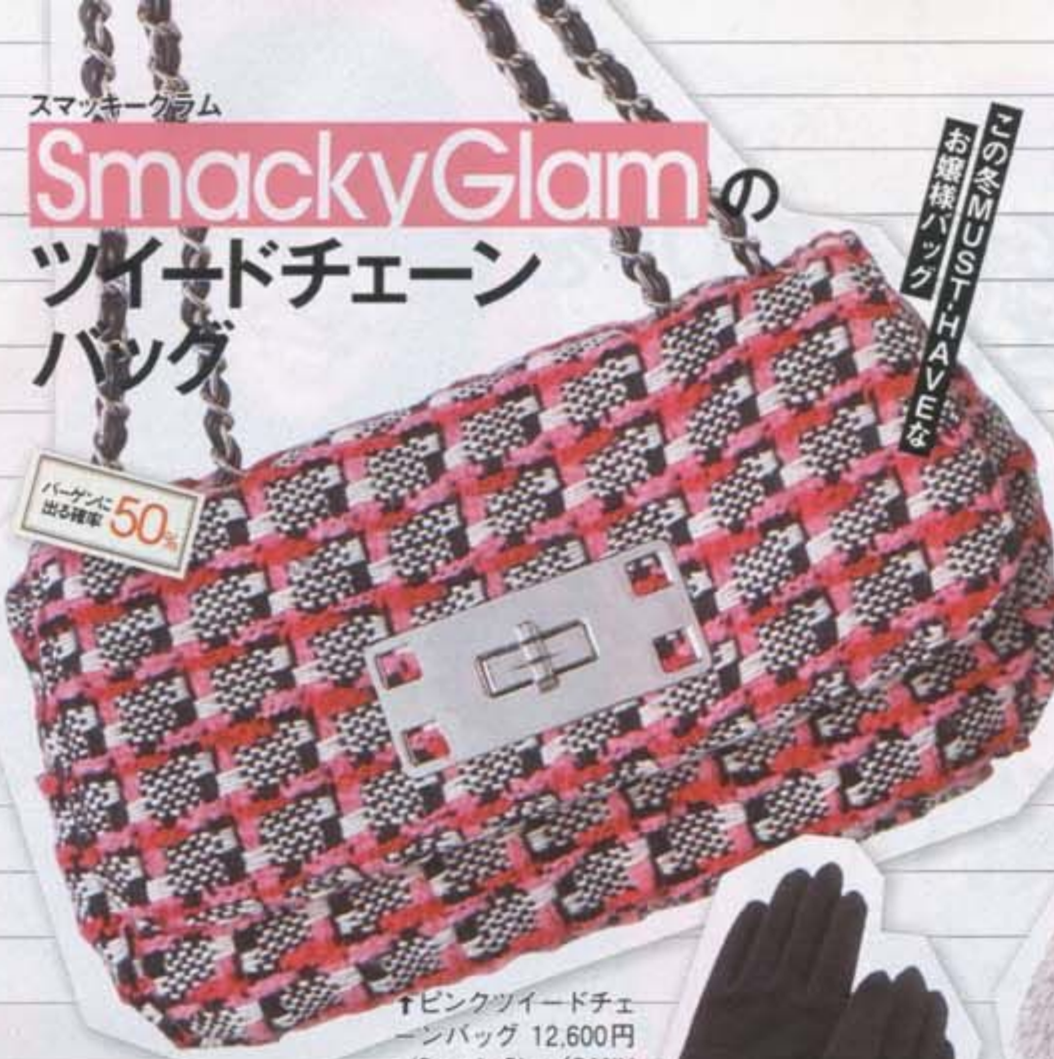
↓黒ハートレオパード柄チュニック&ショーパンセット 12,810円／Brownie bee ベレー帽 3,045円／ROJITA渋谷109店

ブラウニービー
## Brownie beeの シフォンチュニック&コットンショーパン

軽ーいシフォンと、コットン素材だから春まで使えちゃうのもポイントです！

スマッキーグラム
## SmackyGlamの ツイードチェーンバッグ

この冬MUST HAVEなお嬢様バッグ




↑ピンクツイードチェーンバッグ 12,600円／SmackyGlam (SANYO SHOKAI)

ルゥ デ ルゥ
## Rew de Rewの ロングパールネックレス




↑白パールロングネックレス 2,940円／Rew de Rew

ルゥ デ ルゥ
## Rew de Rewの ダルメシアン柄バッグ

即トレンドなダルメシアン

↓黒×ベージュダルメシアン柄ショルダーバッグ 7,245円／Rew de Rew



スパニッシュハーレム
## Spanish Harlemの ファー帽子

←グレーラビットファー帽子 5,145円／スパニッシュハーレム (Romeo y Julieta原宿店)




ジョイアス
## Joiasの かごレースバッグ

↓黒レースかごバッグ 13,440円／Joias




ジョイアス
## Joiasの スタッズパンプス




↑グレース…ウエッジソー…ス 12,390円

アプワイザー・リッシェ
## Apuweiser-richeの スタッズつきリボンベルト




↑スタッズ黒リボンベルト 6,195円／アプワイザー・リッシェ

エルディー プライム
## LD primeの レディグローブ

←黒ニットレースロンググローブ 3,465円／LD prime




ジョイアス
## Joiasの ビビッドカラーパンプス




←ピンクエナメルパンプス 14,700円／Joias

モノトーンコーデの差し色に！

ベベローズ
## beberoseの スタッズつきマフラー

↑スタッズつきグレーマフラー 3,145円／bebe rose




スパニッシュハーレム
## Spanish Harlemの ムートンバッグ

冬に1つは欲しいあったか素材のバッグ




↓ポンポンチャームつきブラウンムートンバッグ 7,245円／スパニッシュハーレム (Romeo y Julieta原宿店)

スパニッシュハーレム
## Spanish Harlemの パールつきベレー帽子




→パールつきベレー帽 3,675円／スパニッシュハーレム (Romeo y Julieta原宿店)

エルディー プライム
## LD primeの キラキラベルト




↑リボンモチーフつきベルト 5,1… prime

ロディスポット
## LODISPOTTOの ファーミックスバッグ




↑ピンクラウンドファーボストンバッグ 4,935円／LODISPOTTO

エルディー プライム
## LD primeの ファーブーツ

→ボンボンつきブラウンファーブーツ 13,650円／LD prime



バーゲン攻略の法則 07

買い逃したコもここでがっつりまとめ買い

# 一点投入で今っぽさUP↑ トレンド小物を狙い撃ちするべし！

Trend Goods

お手軽に冬トレンドを投入するなら小物だってCHECKでしょ!? いままで買い逃していたBOOMな冬小物をきっちりフォローして。



バーゲンに出る確率90%

バーゲンに出る確率30%

…リスト
…ゃほり さん発

「…ブランドの
…ツは
…ディネート
…すくて使いやすい！」

↑黒バックレースアップブーツ 23,100円／レッセ・パッセ

>> プリ♡クラ
## 伊藤友里 さん発

「春先まで使える
アウターは
**MIX
ツイード
コート**」



バーゲンに出る確率50%

→ピンクループツイードコート 27,300円／LD prime



バーゲンに出る確率30%

↑黒3WAYエナメルパンプス 16,800円／SmackyGlam（SANYO SHOKAI）

>> プリ♡クラ
## 黒坂優香子 さん発

「ヘビロテ必須の
**黒パンプス**
は**3WAY**を
狙うのが正解！」




バーゲンに出る確率100%

→スモークピンク×黒スパンコールロゴチュニック 4,098円／INGNI



バーゲンに出る確率40%

→黒グラフィックニット 8,925円／MURUA（MURUA マルイJAM渋谷店）

…テク大集合！
# …活用テクは
# …プロに聞け！

*Bargain Technique*



バーゲンに出る確率50%

←白アンゴラベレー帽 5,145円／Jolias　チェック柄ワンピ 13,650円／LD prime　パール×リボンネックレス 参考商品／Honey Bunch 名鉄百貨店本店ヤング館店

>> スタイリスト
## 渡邉恵子 さん発

「挑戦しにくかった
**80's風トップス**
もバーゲンなら
お試し買い！」

バーゲン㊙メモ

>> ルミネ広報部
## 市川聡美 さん発

「2,000円以上
お買い物すれば
無料で配送します」

バーゲン時期でもルミネでは宅配サービスを実施。お買い物をたくさんしても、荷物ナシで大丈夫です。



バーゲンに出る確率40%

←黒スパンコールテープハット 3,675円／Rew de Rew　↓リボンつきグレーベレー帽 2,625円／MISCH MASCH

>> スタイリスト
## 岡安幸代 さん発

「即旬スタイルになれる
**トレンド帽子は
大人買い！**」



バーゲンに出る確率30%

>> Ray モデル
## 泉理香 発

「一枚で旬スタイルを
完成させる
**ヴィンテージ
花柄ワンピ**は
着倒したいから
今が買い！」



バーゲンに出る確率30%

←ブラウンジップつきジャンスカ 3,990円／LODISPOTTO



バーゲンに出る確率30%

↑ピンク花柄フレヤーカットドレス 9,975円／Jolias　ベロアシャーリングゴムベルト 1,995円／INGNI　キルティングリボンチェーンバッグ 3,990円／LODISPOTTO　ウエッジソールブーツ 18,690円／SLY（バロックジャパンリミテッド）

>> スタイリスト
## 松丸由香 さん発

「うっかり
後回しに
なりがちな
**シンプル
トップス**は
バーゲンで
イロチ買い！」



バーゲンに出る確率100%

←黒×白ボーダーリブタートル 5,145円／berose

>> プリ♡クラ
## 平有紀子 さん発

「毎年使える
**シンプルダウン**は
バーゲンが狙いめ！」



バーゲンに出る確率50%



バーゲンに出る確率90%

→ベージュフードつきロングダウンコート 10,290円／LODISPOTTO　↑グレーフードファーつきダウンコート 19,950円／C.C.CROSS

»プリ♡クラ
千葉由佳さん発

「春先まで使える
ショート丈
ムートンコートが
重宝間違いなし！」




↑アイボリーファーつきブルゾン 44,100円／ChiMera park（マスタード） ←黒×白ダッフルコート 11,340円／Honey Bunch名鉄百貨店本店ヤング館店

→黒ミックスニットバックリボンワンピ7,245円／ROJITA渋谷109店　黒リボン×スタッズショルダーバッグ 14,490円／スウィングル 有楽町マルイ店　ショートブーツ 12,390円／R&E渋谷109店　↓白リブタートルニット 4,725円／BE RADIANCE　3連ネックレス 3,675円／DELYLE　タイツ 1,470円／靴下屋（タビオ）　千鳥格子柄チェーンバッグ 5,040円／MISCH MASCH　エナメルパンプス 10,290円／スパニッシュハーレム（Romeo y Julieta原宿店）




»Rayモデル
今井りか発

「流行を問わない
オケージョン
ワンピと小物は
まとめて買いおき！」



→〈右上から時計回りに〉ベージュパールつきファーティペット 9,975円／LD prime　黒ウールフリルワンピ 13,650円／MERCURYDUO ピンクラメプリーツレースキャミワンピ 7,875円／bebe rose　黒×グレーラメ入りチェック柄パフそでワンピ 22,050円／スウィングル 有楽町マルイ店　コサージつき3連パールネックレス 6,720円／レストローズ　黒サテンリボンクラッチバッグ 5,145円／titty & Co.新宿店

バーゲンに出る確率 80%
バーゲンに出る確率 80%
バーゲンに出る確率 30%
バーゲンに出る確率 40%
バーゲンに出る確率 60%
バーゲンに出る確率 50%
バーゲンに出る確率 100%

»Rayモデル
葛岡碧発

「レディ
ティアード
スカートは
着回しにも
使えるから何枚
あっても
OK！」

»ラフォーレ広報
堀あゆみさん

バーゲン㊙メモ

「タイムセールでさらに割引率UPします！」

17時〜のタイムセールがお得。アウターや1点もののサンプルがバーゲン価格よりもさらに安く買えます。

→黒ティアードスカート 13,650円／レッセ・パッセ



はいたのはコレ！
バーゲンに出る確率 40%
ほかにも
バーゲンに出る確率 60%

→黒ランダムレーススカート 12,390円／Joias

バーゲン攻略の法則
08

知らなかったバ…
㊙バーゲ…
おしゃれの…

おしゃれにこだわりのある、Rayモデル、
プリ♡クラたちのMYバーゲンテクを調査…
いままで知らなかったバーゲン活用テク…
こっそり教えちゃいます！



バーゲンに出る確率 40%
バーゲンに出る確率 100%

↑〈上から〉スタッズつき黒ムートンブーツ 6,930円／titty & Co. 新宿店　ラビットファーつきグレームートンブーツ 15,750円／SmackyGlam（SANYO SHOKAI）

»スタイリスト
四本優子さん発

「甘めコーデを
カジュアル
ダウンしてくれる
ぺたんこ
ムートンブーツは
2足目買い！」



バーゲンに出る確率 30%

→ピンクリボンポケットカーデ 13,650円／レッセ・パッセ

»スタイリスト
大日方理子さん発

「難しい
ヒョウ柄
トップスも
バーゲンなら
TRY！」



バーゲンに出る確率 100%
バーゲンに出る確率 70%

→〈右から〉ベージュレオパード柄コート 24,990円／MILLION CARATS　ブラウンレオパード柄ニットカーデ 11,550円／disco valley（MOROKO BAR）

»プリ♡クラ
新部宏…

「コーデの…
広げる
差し色…
ロング…
カーデ…
狙いどき…



Spring LOOK 1

サラッと羽織れる
U2,500円の
ティアードジャケット
はマスト♡

ノーカラージャケット
(¥2,380)
×
レース使い
ハート柄Tシャツ
(¥1,280)
×
ショートパンツ
(¥1,880)



Spring LOOK 2

U2,500円の
サロペットで
ラクチンLOOK!

フード付き
ノーカラージャケット
(フード取り外し可¥3,880)
×
シフォンサロペット
(¥2,380)
×
Tシャツ
(¥580)







Spring LOOK 3

ード付きライダース
ド取り外し可¥3,880)
×
ャザー使いTシャツ
(¥1,580)
×
ショートパンツ
(¥1,880)
×
パンプス
(¥1,880)

U4,000円の
フード付きライダース
で春カジュアル♡



Spring LOOK 4

春もHIT間違いなしの
U2,000円の
ハイウエスト
スカート
でトレンドStyle！

フード付きロング
テーラードジャケット
(フード取り外し可¥3,880)
×
レース使いハート柄Tシャツ
(¥1,280)
×
チェック柄スカート
(¥1,880)
×
ニーハイブーツ
(¥3,880)

アンダー4,000円のスゴ安アイテムLIST♡

冬も春もアベイルのCUTE ACUTE CONTEMPO！

# CASUAL&SHOES Avail でプチプラLOOK

冬も春もエレガントが気分♡　上品で可愛くて、春まで着れて、さらにお値打ちプライスならたくさん買いたい！　好きなものを好きなだけ買える「アベイル」のトレンド大人アイテムお披露目会♡

www.avail.ne.jp

★表記のないものは、すべてスタイリスト私物です。


Winter LOOK 2
全身黒でも
U2,000円の
リボンワンピで
可愛く見せる！
ドット柄コート
(¥3,880)
×
リボン使いニットワンピース
(¥1,880)
×
裾シャーリングパンツ
(¥1,580)
×
パンプス
(¥1,880)
Winter LOOK 3
ラメ入り
Aラインコート
(¥3,880)
×
リボン&ビーズ
使いセーター
(¥1,580)
×
千鳥柄スカート
(¥1,880)
×
ニーハイブーツ
(¥3,880)
U4,000円の
A ラインコートで
エレガンス Style！
Winter LOOK 1
冬デートはU4,000円の
千鳥柄ウールコートで
エレガントキュート♡
千鳥柄コート
(¥3,880)
×
ドッキングワンピース
(¥2,380)
白 × 白切替え
セーター
¥1,580
黒 × 白切
セータ
¥1,5
白リボン使い
セーター
¥1,580
黒リボン使い
セーター
¥1,580
Winter ITEM
冬も春も着れる
薄手セーターは
most プチプラ♡
ラメボーダー
リボン使いセーター
¥1,580
ボーダー切替
リボン使いワン
¥1,880

DAY!!

祝うとき&祝われるとき

# シーン別誕生日パーティーCD

のクライマックスシーズンに向け、
をレクチャーしてもらいました★



PROFILE
よしかわひなの●1979年12月21日生まれ、東京都出身。TBS系「サンデー・ジャポン」、フジテレビ系「ホンネの殿堂」などバラエティ番組の出演多数。Webマガジン「puppine」(http://mag-puppine.com)内のブログも好評！

黒のロングベスト 25,200円、レーストップス 16,800円／ともにmade in HEAVEN、アルファベット柄タイツ 4,200円／HOUSE OF HOLLAND、サンダル 42,000円／Studio TMLS(以上Cry)　ジャカードスカート 8,925円／TOPSHOP(TOPMAN)　ヘッドアクセ 107,100円／PHILIP TRACY(エイトミリオン 銀座GATES店)　クリアチェーンブレスレット 13,650円／SISCO(dual)　ロングベストのIライン効果でスタイルアップも計算ずく。

## 誕生日をむかえた吉川ひなのに10の質問

**Q1** 友達の誕生会を開くならどんなファッションをする?

**A.** 心からお祝いの気持ちを表現します。**色は全身黒**とかで、タイツや小物でハズしたいな♪

**Q2** ドレスアップで、差のつく小物テクを教えて?

**A.** **最新のハイブランド小物。** 最近のお気には、PRADAのくまチャーム。
PRADAの人に入荷したら一番に連絡してくださいって頼んじゃった！　"くますけ"って名前をつけて大事にしています。

**Q3** 最近、特に楽しかったパーティーは?

**A.** くわばたおはら・小原正子さんの誕生会。
はるな愛さんのお店貸し切りで、観月ありささん、ハリセンボンさん、安めぐみさん、上原さくらさん、熊田曜子さん、青田典子さん、植松晃士さん……と大勢駆けつけて超盛り上がった！

**Q4** 手みやげにおすすめのスイーツは?

**A.** パティスリーポタジエのケーキ。
中目黒のケーキ屋さんなんだけど、全部お野菜を使ったケーキなんだよ！　スイーツでも野菜ってところが、女子的に盛り上がるでしょ!?

**Q5** 親友のバースデーパーティーをプロデュースするなら?

**A.** おうちで手料理ふるまいたい！
ホームパーティーがスゴイ好きで、Xmasとか誕生会を実際よくやります。部屋を飾りつけして、料理作って、友達をいっぱい招いてワイワイ☆

HOST

if…
吉川ひなのが親友の誕生日を祝うなら…
↓

ヘッドアクセは旬な
ドレスアップの決め手



〈上〉黒ラメ中折れ帽 1,380円／FOREVER 21　〈下〉黒の羽根つきロイヤルハット 17,850円／maria bonita extra(dual)　おもちゃみたいな帽子でおめかし。

ANSWER

**全身ブラック**で存在感キープしつつ、主役のコより華やかにならないよう黒子に徹します…(笑)

全身黒ってあまりしないんだけど、パーティーのホスト役を務めるときは、やっぱり一番多いかな。かっちりしたロングベストでフォーマルな印象もおさえつつ、タイツやヘッドアクセで遊び心もアピりたい。

ポタジエのケーキは
手みやげに超オススメ



撮影／曽根将樹(PEACE MONKEY・吉川ひなのさん分)、高野友也(PEACE MONKEY・モデル分)、mika(f-me・読者分)、木村隆宏(読者分)、木村耕平(関西読者分)、寺中一桂(青山リッチーズ分)、原口二朗(P134〜137　静物)、石沢義人(P132〜133　静物)　スタイリング／鈴木由里香(dynamic・吉川ひなのさん分)、樋口かほり(KIND・モデル分)、松丸由香(読者分)　ヘア&メイク／大西トモユキ(nude.・吉川ひなのさん分)、山下智子(モデル分)、湯浅星悟(ZACC・読者分)、森上忍(K-two・読者分)、山下香織(K-two・読者分)　モデル／葛岡碧、今井りか、陸守絵麻、紺野ゆり、東里香、南里美希　取材・文／坂口みずき(P132〜137)　撮影協力／目黒コンパイス、CEDクラブ　●取材店リストは254ページにあります。

に楽しみましょ!!

PARTY おしゃれナビ

# 吉川ひなのさん HAPPY BIRT…

Xmas目前の12月21日生まれのひなの…
女子マインドがアガる、バースデーおしゃ…




GUEST

if…
吉川ひなのが自分の誕生会に出席するなら…

ANSWER

**大好きなピンク**はマスト！ あとは、**お目立ちヘアアレンジ**でキャラっぽく遊んで♪

「今回の誕生日は「ピンク&フラワー」がテーマ。このドレスは、雑誌で見たときヤバイ、倒れそう！ って衝撃を受けた1枚。ミンクファーがお花畑みたいで、ドンピシャ☆」




〈右から〉ビビッドピンクリボンサンダル 43,050円、うすピンクのパンプス 32,550円／ともにツル（Le charme de fifi et fafa）

**Q6** オススメのパーティーアイテムは?

**A.** オーダーできる風船ア…
前回の私のバースデーで、席のまわりをお城みたいに飾りつけてくれてスゴイ可愛かったの。

**Q7** 誕生日に贈られたらウレシイのは?

**A.** 私の好みをわかってくれているものなら何でも！ 一番欲しいのは、
ピンクのベントレ…
パリスが特注で作っていてすっごく可愛くて☆ どこにいてもすぐバレちゃうけど、欲しーい！

**Q8** 理想のバースデーケーキは?

**A.** 憧れているケーキ職人・横川哲也さん
大阪にいるんだけど、彼に作ってもらうのが夢♥
以前、「TVチャンピオン」っていう番組内でバースデーケーキを作ってくれたんだけど、私そっくりなミニチュアの砂糖菓子が、メッチャ可愛く…

**Q9** バースデーパーティーでしたいネイルは…

**A.** ネイルは短めシンプルが気…
ジェルネイルもアートも一切せず、テーマは、「いつでも料理のできる大人な女」（笑）

**Q10** 2010年への理想のカウントダウンを妄…

**A.** 好きな人といられればどこでもイイです。
日本のお正月が好きだから、年末年始は国内でのんびりしたいな。温泉でもいいし、食いだおれでもい…

ピンク系モザイク柄ミンクファードレス 1,890,000円／ロイヤル チエ　ピアス 11,550円／アガット　一点ものオートクチュール級ドレス。自分しか着ていない、スペシャル感がたまらない。

# 年末年始 真冬のイベントラッシュをおしゃれ… GIRLS

イベントファッションって、どうしても気合いが入っちゃうけど、全身キメキメでは時代遅れ……。必要なのはイイ意味で期待を裏切る一枚ウワテなおしゃれ感☆　Rayが総力を挙げて、年末年始のパーティーLOOKをナビゲートします！

# Ray㊦発!! 冬の女子会Style







黒×白ミックスニットワンピース 7,875円／Jel'emets solo（バロックジャパンリミテッド） 白レースミニスカート 6,195円／ROJITA渋谷109店 黒ファーベレー 4,095円／エゴイスト渋谷109店 黒スタッズバッグ 8,295円／SWORD FISH 心斎橋OPA店 黒レースアップニーハイブーツ 9,975円／charmant渋谷109店 ファー帽子で視線を高めに設定。さらにひらミニ＋ニーハイブーツで黄金のスタイルアップバランスを完成させて。

**CD point**
カフェはイスに座ることが多いから、ミニ＋ブーツが定番かな。ブーツは編み上げニーハイで重心アップとカジュアルダウンを狙います。

**女子スタイルRule**

**碧の場合…**
**小物でワンランクおしゃれレベルUP**
普段着ベースだけど、小物使いで遊びたい☆ ちょい派手なアクセやヘッド小物で、女同士だからこそOKなおしゃれを楽しみます！

**りかの場合…**
**くつろげておしゃれな旬カジがモットー**
この冬はリラックス感のある着こなしをテーマに脱・コンサバをめざし中。カジュアルでもこじゃれ感を大事にしたスタイルが目標。

**Case 1**
久しぶりの2人そろって完全オフ。たまには昼から優雅にお茶しますか♪

ピンクモヘアニットポンチョ 24,990円／LHS BLONDY (blondy) グレーT 4,725円／DURAS 小花ベロアショートパンツ 5,145円／Dazzlin' バングル 1,050円／井筒屋 白ニットかごバッグ 14,490円／アルバローザ（アルバローザ ジャパン） ウエスタンブーツ 12,390円／Pure Soeur（イーボル） まったりカフェタイムはゆるシルエットのポンチョに決まり！

**CD point**
男子がいるとかえって露出が気になるから女子会のときこそ、思いっきりミニで出動。ふわふわな毛足のモヘア×ピンクなら最強でしょ♪



## 葛岡碧&今井りかがナビ!!

# 大人系カフェツアー

Rayを代表する2大モデルは、毎年誕生日プレゼントを交換するほどの仲よし。仕事に恋愛、家族の話……と何でも話せて『会うと癒されてポジティブになれる』から、一番のソウルメイトに。

**Case 2**
Ray撮影終わりに中目黒のカフェでまったり。今日の晩ごはんはどこに行く？







**CD point**
カフェで長居する日は、可愛いし、おしゃれだし、ラクちんなロングワンピが一番。レザーJKとファーバッグであったかく味つけ☆

ノーカラーフェイクレザージャケット 18,690円／ROJITA渋谷109店 ロングワンピース 7,875円／Barbie ピアス 1,050円／Dazzlin' ファーティペット 12,600円／レッセ・パッセ ファーチェーンバッグ 6,195円／SHINE BE MODEL ブーツ 5,985円／REZOY渋谷109店 レザーアウターは防寒面でも頼れる1枚。ロケの日はJK&ブーツと革アイテムでサンドしておしゃれに完全防備。




ピンクベージュツイードノーカラージャケット 19,950円／SmackyGlam（SANYO SHOKAI） 黒×ベージュロゴT 7,875円／GMN（DRWCYS） ボーイフレンドデニムパンツ 15,750円／DURAS ambient グレー×黒ドットマフラー 3,675円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 黒キルティングチェーンバッグ 8,295円／Dazzlin' 赤エナメルパンプス 5,145円／minimy（SBY渋谷109店） ピアス／スタイリスト私物

**CD point**
ツイードJKって、上品で大人っぽいから私好み♥ カジュアルなゆるデニムで、コンサバにならない着こなしをめざします！

# ご自慢ファッションで行きます!

おしゃれナビ 2

アットホームなRayモデルの中から、3組の女子会に密着。行くお店や予定を見越したスタイリングはもちろん、素顔が垣間見られるGIRLS TALKまで大公開しちゃいます!!

## Case 3

リッチな気分を味わうなら
やっぱりフレンチ!
たまには女同士で昼から
シャンパンいっちゃう?




CD point

ざっくりニットワンピは、冬一番のMY BOOM。白&グレーの組み合わせも大好きだし、ゆる~い感じが可愛いから女子会にぴったり!




グレーダウンジャケット 18,690円/SLY(バロックジャパンリミテッド) 白ざっくりニットワンピース 11,550円/Rew de Rew 白パールネックレス 2,415円/井筒屋 バングル 1,575円/エゴイスト グラムール(エゴイスト渋谷109店) ヘッドバンド 2,725円/ビバユー サーモンピンクマフラー 3,360円/レストローズ 白ポンポンつきニットクラッチ 3,675円/SHINE BE MODEL 茶ニーハイブーツ 45,150円/セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペコーポレーション) リラックス感大なゆるめニットはデコラ小物でドレッシーにおめかし。

中身のCDはこう!

ほどよくカジュアルに

きめすぎないロングTシャツで



CD point

あまり柄レギンスははかないけど黒に効かせるスパイスとしてたまには有効活用。シルエットをひきしめる小ぶりバッグもマスト♥




黒ノーカラーロングレザージャケット 33,600円/mercuryLUX(MERCURYDUO) 黒ロゴカットソー 6,825円/DURAS ambient ボーダーレギンス 3,990円、フープピアス 1,575円/ともにDURAS 白ふちサングラス 3,045円/SBY渋谷109店 ニットストール 5,985円/moussy(バロックジャパンリミテッド) デニムキルティングチェーンバッグ 3,675円/オーバータッシェ渋谷109店 黒スエードニーハイブーツ 11,340円/R&E渋谷109店 コートの中はシンプルに。お目立ちレギンスでしっかり防寒!

## 碧&りか GIRLS TALK

**碧(以下M)**「今日はどんな感じ? 私はシャンパンの気分」

**りか(以下R)**「うん、私も♪ いつも気分が合うねー。そういえば昔、みーちゃんちの近くに行きたいカフェがあるって私が呼び出して、かすかな記憶を頼りに探して超迷ったことあったよね!?」

**M**「あった、あった!! タクシーで何回も往復して、あきらめて、たまたま入ったカフェがソコだったんだよね! あれは、奇跡だったよ! そうそう……あのときもりーちゃんがお店の人におすすめとか超いろいろ聞いてくれて……。いつもスゴイなーって感心する」

**R**「私、ひとりでバーとかって全然平気なの。バーテンさんにガンガン話しかけておいしいものを教えてもらったり」

**M**「だからりーちゃんといると、はずれがないよね☆」

★★★

## Ray㊼がオススメ!の 女子会SPOT



### Café Delight

●東京都渋谷区恵比寿1-24-12 ☎03・3444・1818 ⌚11:30~翌2:00 日曜休 りかもオススメの落ちついた雰囲気のカフェバー。ペット連れOKです!

### アクアヴィーノ

●東京都渋谷区広尾5-17-10 EASTWESTビル1F ☎03・5447・5503 ⌚11:30~翌1:00(月~土・祝前日)、~23:00(日・祝) 無休 素材を生かしたイタリアの家庭料理が多数♪





### 葱や平吉 宇田川町店

●東京都渋谷区宇田川町36-18 ☎03・3780・1505 ⌚11:30~14:30、17:00~22:00(LO) 無休 芋焼酎や日本酒の種類が豊富で、ゆりも女友達とよく行く和食のおいしいお店。

CD point
ウールコート×レースワンピで素材の違うアイテムCDにチャレンジ☆ アウターのチェック柄もレースなら子供っぽくないよね。




グリーン系チェックコート 22,890円／Joias オフ白レースティアードワンピース 15,750円／MERCURYDUO 白パールネックレス 1,365円／井筒屋 ピンクキルティングチェーンバッグ 5,250円／la Bala(SANYO SHOKAI) キャメルスエードブーツ 31,290円／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) コートOFFでもおしゃれ感を損なわない存在感のあるレースワンピ。厚めなウールコートを脱いで、ガラッとイメチェン!!

ァーつき黒ノーカラーコート 33,600円／レッセ・ッセ パープルニット 7,875円／Jolly Days(Jly Boutique) チェックミニスカート 6,090円DURAS フープピアス 1,365円／井筒屋 チェンバッグ 8,295円／DelilaH 黒ロングブーツ 1340円／REZOY渋谷109店 ベーシックなコートファーがついているだけで、ぐっと上品に。とりずしできるので、デイリー&おめかしでアレンジ。




CD point
ルコートや台形スみたいに、アイ同士はベーシックのでもラベンダーれるだけで大人レな雰囲気に♪




女子スタイルRule

絵麻の場合
オールを想定したあったかアウター
女友達なら、存在感大な服で遊んでもOKでしょ。お店をはしごすることとか、外と室内の温度差も考えて、脱ぎ着も計算ずく!

ゆりの場合
イメチェン服でサプライズを演出
ちょい派手もシックも『いつもと違う』感を演出するのが楽しい♪ 冬の絵麻は可愛い服が多くて、実は私もつられちゃうんです(笑)。

# 陸守絵麻&紺野ゆりがナビ!!
# お2人さま気まぐれコース

お互い典型的な水瓶座で、マイペース。『気をつかわずほっといてくれるのがイイ♥』。そんな自由気ままな2人の女子会は、ノープランがお約束。次の予定はその場のノリが肝心です(笑)。



## 絵麻&ゆり♥GIRL'S TALK

以下E)「そういえば、ゆりとはしょっちゅう会っている気が
けど、もしかして2人だけって久しぶり!?」
以下Y)「そうかも……共通の友達が多いから、2人で約束し
も、いつも途中で増えちゃうんだよね。何か相談したいこと
ても笑い転げてるうちに、なんだったか忘れちゃう(笑)」
会ったら満足しちゃって悩みとかどっかいっちゃうしね」
あ、前見せてくれた絵麻んちの犬の動画ある？ 超ウケたー！」
どれ？ お父さんがブルの耳かきしてるヤツ？ あはっ♥ そ
コレ超可愛いでしょ！ 迷惑がってる表情がたまらないよね！」
「ねぇねぇ、新作はないのー？ いつも超楽しみにしてる」
「年末帰るから、またいっぱい撮ってくるね☆」

ーベスト 29,400円／DURAS amb シフォンブラウス 6,825円／ROJI 谷109店 スキニーデニム 16,800円 riel(DEARA&Gabriel) 黒×ゴスタッズバッグ 3,675円／オーバーェ渋谷109店 黒ショートブーツ円／BABY PURE(イーボル) オ可能性がある日は、ミニスカよりランツがベター。スタイルアップも狙ならスキニー×ブーツインが王道でッチなファーを足して冬らしいおし楽しんで。

CD point
定番服こそ、素材で季節感をアピールするのがおしゃれだと思うんだ。スキニーデニムもファーをプラスすれば、何げに格上げスタイルに！




CD point
ーコートでインパと季節感をアピーレースカーデをサすれば、アウターいでも「おっ」っわせられるでしょ。

ベージュダルメシアンファーコート 19,950円／Rew de Rew グレーロゴロングT 5,250円／DURAS 白レースカーディガン 13,440円／LHS BLONDY(blondy) デニムショートパンツ 7,245円／DazzliN' キャメルバッグ 60,000円／Jack Rabbit(LA☆CELEB) 茶ウエスタンブーツ 12,390円／pure soeur(イーボル) ファーコートのゴージャス感をデニムでラフに見せるのがおしゃれ。






Rika's Coordinate

キャメルムートンコート 30,450円／Xmiss（エスシステム） 白×ピンク花柄ワンピース 6,195円／ボーテダンセ渋谷109店 サーモンオレンジショルダーバッグ 6,195円／Spiral Girl 茶レースアップロングブーツ 10,290円／ESPERANZA 渋谷109店 ムートン×可憐小花で女子気分を満喫。

CD point
キャメルって女度が上がる色ってイメージなんだ(笑)。ムートン素材ならなおさらでしょ。勝負服の花柄で、とことん女のコしちゃいます。

Point

Case♥1
ライトアップされた街並みがキレイ！ 気分もアガって思わず衝動買い!?

Miki's Coordinate

CD point
女友達と会うときはカッコ可愛いが気分。ファー×クラッシュデニムってその代表です。レースキャミとベレーで何げに可愛い印象も。

ベレー帽で
可愛さKEEP♥

Point

黒ノーカラーフェイクファーショートコート 8,295円、グレーベレー帽 3,045円／ともにDazzliN' オフ白レースコルセットキャミソール 7,875円／Xmiss（エスシステム） 黒クラッシュデニムパンツ 18,690円／MURUA 黒×白ツイードチェーンバッグ 9,240円／DURAS ピンクスエードパンプス 7,245円／R&E渋谷109店 クラッシュデニムとピンクのパンプスで甘辛に。ファー×クラッシュデニムはこの冬のヘビーローテ。



女子スタイルRule

里香の場合…
**いつもとひと味違うコーデで気分転換**
普段は"楽"な服中心でパターンが決まってきちゃうから女子会では気分のアガるCDを。ちゃんとヒールをはいたり、小物アレンジも♪

南里の場合…
**トレンド重視な上級コーデで女を磨く**
おしゃれに敏感なモデル仲間とのデートは、やっぱりトレンド感が大事！ 冬はファーアウターと大人な小物合わせがテーマです。

# 泉里香&南里美希がナビ!!
# 東京夜遊び♥クルーズ

Rayモデルとして登場したのがほぼ同時期で、一緒だと安心という新人コンビ。キャラもファッションも真逆で、いい意味で刺激し合うよきライバル☆ おしゃれにも自然と気合いが入ります。

Case♥2
たまにはレイトショーで気分転換
やっぱりここはベタに
ポップコーンがお約束でしょ♪

Miki's Coordinate

ベージュスタンドカラーショートコート 52,290円／DazzliN' 黒マルチ花柄サテンワンピース 8,295円／SHINE BE MODEL シルバースタッズ赤ミニバッグ 3,675円／オーバータッシェ渋谷109店 黒ニーハイブーツ 45,150円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション) 花柄はファーコートを味方に大人リッチへシフト。

Point

ヴィンテージ感
ただよう花柄

CD point
ボリューミーなファーって大大大好き！ ゴージャスにキマるので足元はカジュアルダウンさせてオバさんっぽくならないよう調整。

Rika's Coordinate

Point
キラキラつきで
女っぷりもアップ

黒フードつきライダースジャケット 47,250円／mercuryLUX（MERCURYDUO） ボーダーニット 6,090円、チェーンバッグ 7,140円／ともにDURAS デニムミニスカート 13,440円／RODEO CROWNS(バロックジャパンリミテッド) レギンス 4,200円／TC by bolondo ルミネ新宿1店 ベレー帽 3,990円／ファインクオリティハット（HEADSTAR） ブーツ 7,350円／FLAG-J渋谷109店 モノトーンCDにはガーリーなピンク系小物がお似合い。

CD point
辛口な黒レザーJKもフードつきだから女のコっぽくない？ ボーダーでほんのちょっぴりモードっぽく転ばせてみました。




## ♥里香&南里 GIRL'S TALK

里香（以下R）「冬の夜ってドライブ行きたくならない？」
南里(以下M)「美希、免許とったんだよ！ 今度どっか行こうか？」
R「イイね♥ 私、富士急ハイランド、行ってみたかったの！ 南里ちゃんもジェットコースター、好きだったよね？ 連れてってー」
M「行こ、行こ♥ 美希も超行ってみたかったんだー！ 決まり!!」
R「OK☆ ところで何食べる？ こないだごはん食べたとき、南里ちゃん、塩辛とかレバ刺しとかシブイものが好きで意外だった！」
M「ホタルイカの沖漬けとかね。私もその横で里香ちゃんがひたすらコーヒー飲み続けててビックリした。4、5回おかわりしてたよ」
R「そうかも……私、ホント、コーヒー好きなんだよねー」
M「やっぱりー！ 何げにいっつも注目してるから(笑)」

DEARA&Gabrielプレス

# 佐藤優里亜のイベントスタイルをSCOOP!

…の彼女たちのかしこいドレスアップテクは必見です。



SCENE 4

## 自分たちでレストランを貸し切って主催するXmasパーティー

『Launge9（ラウンジナイン）』というイベントオーガナイズチームを、仲間と作りました。青山のルバロンで500人くらい呼んで盛大にパーティーします。



編みこみヘアでニコールを意識

ココがインパクト! 総スパンコールボーダーワンピ

ココがインパクト! スタッズブーツ

## エッジィなアイテムの掛け合わせで華やかに!

総スパンコールワンピは大好きなDreAngのもの。スタッズ小物とビジューつきクラッチで、キレ味よくまとめました。上品なクラッチはthe Closetのもの。ブーツはZARAで15,000円くらいで購入。プチプラなのに歩きやすくて優秀。



## 花柄×ファーのコンビでテンション高めに!

女同士で集まるときに、思いっきり派手なワンピを着てキメキメくらいが楽しめる気が(笑)。JILKYのベアワンピは、みんなから欲しい! ってよくいわれるご自慢アイテム。Banner Barrettのファーアウターでゴージャス感もUP。

ココがインパクト! ボリュームフリルつきベアワンピ

SCENE 3

## お気に入りのイタリアンで女友達と女子会

仲のいい女友達3人で『西麻布キャンディーズ』って名づけた女子会をしてます(笑)。年末はお気に入りのイタリアンAW kitchenに行くつもり。



ココがインパクト! ヒョウ柄ファーマフラー

ココがインパクト! いなずまモチーフネックレス



ネイルはシャネル風ロゴモチーフつき!

## エッジの効いた小物でデイリー⇒ドレス仕様に

カジュアルなパーティーのときはあえてパンツをチョイスして、こじゃれ感をアピール。黒パンツ×白ブラウスのベーシックコーデを、DreAngのリッチなファーマフラーでドレスアップ。ブラウスはセシルマクビーで超プチプラでした。

SCENE 1

## 自分の家に仲のいい友達を招いてホームパーティー!

ワインやチーズを持ち寄ったりしてよくパーティーしてます。冬は鍋を囲んですることが多いです。彼のお兄さん宅へお呼ばれすることも。

インパクトアイテム使いが得意!

SABON PR

# 永田杏奈さん

普段から辛口アイテムを着ることが多いので、イベント服もエッジィなものを主役にすることが多いです。みんなと差をつけるにはヘアアレンジが命と思ってるので、毎回サロンで仕上げてもらいます。



SCENE 2

## 会社の近くのお鍋屋さんで忘年会

打ち上げなどもよくしている御用達のラウンジで開催。今年はSABONのお店をたくさんオープンすることができたので盛り上がりそう!

ココがインパクト! バイカラージャケット

## 難易度高めのアイテムを着こなして大人の余裕を演出

忘年会なので、派手すぎはNG。アンスクウィーキーのバイカラージャケットは、1枚でキリッと大人っぽくキマるから重宝してます。インナーはピンクにして女っぽさプラス。デニムショーパンでカジュアルダウンして、キメキメにならないようにしました。

## あんちゃんのパーティーをのぞき見!

みんなで集まると、恋愛話で大盛り上がり!
ドレスコードを決めて、思いっきり豪華に決めるのも楽しい♥
部屋をデコレーションしてパーティー気分を高めることも。



手作りバースデーパーティーしたよ!

仲よし3人組久々の集結～

「Launge9」のメンバー良子と

鍋を囲んで2010年の抱負を語りました

GIRLS PARTY♥ANNA NAGATA

SABON PR

# 青山リッチーズ代表 永田杏奈&

青山リッチーズのパーティーガール2人のリアルイベントスタイルを拝見! おしゃれ上級



SCENE 3

## 地元友達とおしゃれカフェバーで忘年会

友達がやってるカフェバーを貸し切って忘年会。たまにしか会えない地元友達とはクリパもまとめてやっちゃいます! 毎年するプレゼント交換が楽しみなんです♪



ルイ・ヴィトンのブレスをさりげなくON

### サテンスカートでタートルニットをドレスアップ

普段着以上パーティー未満のコーデをするときはサテンミニが活躍。NINEのティアードミニは、定番ワードローブとの相性も抜群の光沢感がお気に入り。レザージャケットはフロントフリルで、エレガントさも演出。Gabrielのものです。



SCENE 1

## お世話になってるサロンさんのクリスマスパーティー

サロンモデルのお仕事でもよく一緒になるafloatさんのクリパには毎年お呼ばれしてます。お鍋屋さん⇒カラオケコースが定番ですね。

### リッチなファーでデイリーワンピを格上げ!

社会人になって大人っぽくなったことを強調したくて(笑)、好感度の高い切り替えワンピをチョイス。Gabrielのものです。ボリューム感がリッチなベージュファーでほどよい甘さ&上品さをプラス。

プチプラ服もパーティーCDに格上げする達人

DEARA&Gabrielプレス

# 佐藤優里亜さん

パーティーのために買うワンピは、思いっきり冒険したいのでプチプラなものオンリー(笑)。なので派手ワンピを着ないときは、小物や配色テクでパーティー仕様に変身させてます。



### シックなカラーを基調にしたお高め配色でリッチさを強調!

スタッズつきワンピはDEARAのもの。絶妙なグレーがこなれた雰囲気に仕上げてくれます。ブラックのファーマフラーで全体の印象を引き締めます。セゼン・トゥエルヴ・サーティのパンプスはラメ感とかっちりリボンがおしゃれ。

SCENE 4

## 青山のレストランで会社の年末パーティー

会社のパーティーは青山ラピュタガーデンですることが多いです。1年の締めくくりなので、会社～ショップスタッフまでみんなでワイワイ☆

SCENE 2

## モデル仲間とドレスコードを決めてプレ☆クリパ

元Cawaii!モデルズでパーティーするときは、ドレスコードを決めるのが鉄則。今回のテーマはズバリ「なりきり姫コーデ」です(笑)!





ビッグリボンカチューシャで甘いヘア

### ファストブランドの派手ワンピを主役に!

コーデにしばりを決めてパーティーすることも多いから、派手ワンピは安くて可愛いのを見つけたら即買い! これはH&Mで約8,000円だったんですよ。派手色のものって意外と値段がバレにくくて☺

### サトユリのパーティーをのぞき見!

仕事仲間や親友と飲むと気分もアガる! 豪華なパーティーも好きだけど、やっぱり友達が喜んでくれるバースデーパーティーが一番好き♪



DEARA&Gabriel NIGHTでパチリ



ケーキを囲んでパシャリ♪



仲よし4人組でワインパーティー



親友の江莉果とバーで語っちゃった

急な予定ができても困る心配はありません!





CDpoint
STUARTでひと目ボレ
した花柄ワンピは彼から
預。太ベルトでウエス
ークをして、スタイルア
ら忘れません。シャネル
ェーンバッグでクラス感
しました。

## 広野和歌さんは…
神戸松蔭女子学院大学4回生

井上晃子ちゃんや、林香里ちゃん、美山ちゅなちゃん……高校からの仲よしメンバーで恒例のパーティー。新神戸のDONNALOIAでごはんを食べて、カラオケオールします!



CDpoint
普段づかいもできる、シフォンそでつきのをチョイス。Languageで約20,000円でした。コルセット風になってるトコが可愛いでしょ? おめかししたいときは、モードっぽさがプラスできるブーティをオン。

## 平有紀子さんは…
大妻女子大学3年

昔からのモデル友達10人くらいで集まる予定。西麻布の隠れ家的なレストランで、コスプレパーティーをします! 今回はアリスのコスプレをしたいな(笑)。



CDpoint
ほどよくセクシーさをアピれるチュニックワンピは、私の王道イベント服。これはDazziN'で買いました。シフォン素材のショーパンを合わせて、ひらひら感を強調するのが可愛さUPのポイントです。



## 川本彩さんは…
駒澤大学4年

読モ友達がクラブを貸し切ってやるクリスマスイベントに行きます。踊って盛り上がって⇒西麻布のマドラウンジでまったりコースが定番ですね。

## 場麻里奈さんは…
神戸女学院大学3回生

オークルの先輩カップルとWデート♥ 私の彼宅でたこ焼きをしつつしゃべりまくり(笑)、DVDを借りに行って、鑑賞したりしてまったりモードで過ごします。

CDpoint
BE RADIANCEで約10,000円だったワンピは、ヴィンテージっぽいレースがGOOD。INGNIのファーティペットは約7,000円なのにこのボリューム感! バッグも同ブランドで約6,000円。パンプスはレッセ・パッセで約17,000円です。

No.1おしゃれGirlを気どりたい!

# クリスマスパーティー
Xmas Party

大人数でワイワイすることが多いクリパはやっぱり目立ってナンボ! お高めCDに見せるプチプラテクも満載だから、今すぐメモを☆



CDpoint
ワンピはBE RADIANCEで約9,000円。アプワイザー・リュクスで約20,000円だったファーボレロは、ワンピのすその色とリンクしてるからすんなりまとまります。バッグはセシルマクビーで約4,000円。

## 部宏美さんは…
日本女子大学3年

ークルのクリパは毎しゃれなレストランを貸してます。2次会はダーバー、3次会はカラオ……朝までみんなで全力いじゃいます!



CDpoint
知り合いが作ったブランド・オンリーミーでオーダーしました。ピンク×水色づかいが自分だけのドレスって感じで(笑)、気に入ってます。ハットは約1,200円、ブーティはもらいものでどちらもH&Mのもの。

## 八木麻衣子さんは…
上智大学4年

知り合いが開催するファッションショーに出演したあと、打ち上げ兼クリパに行く予定。モデルのコたちと誰が一番派手にコーデを盛れるか競うつもり(笑)。



CDpoint
彼もいるので、攻め系というよりは好感度の高いバイカラーワンピをチョイス。ROYAL PARTY museでベストつきで約7,000円とプチプラでした。黒レースバッグはINGNIで約6,000円でした。

## 山口紗代子さんは…
神戸女学院大学3回生

彼と友達も交えて10人くらいでホームパーティーします。彼がサプライズ好きなので、毎回なにか仕掛けが♥ 気分がアガる↑ サンタクロース帽子は必携。



CDpoint
FOREVER21で約4,000円だったから、ド派手なピンクワンピにトライしました。ウエストラインがタイトで、スタイルよく見えるから優秀。グローブをしてるからなんだかお高めに見えるでしょ?

## 大槻典子さんは…
青山学院大学4年

女のコばかりのイベントサークルで、ホテルのスイートを貸し切ってパーティー。今回のドレスコードはズバリ「ピンク」です。

### クリスマスパーティー★オススメSPOT



**VIA QUADRODD 青山**
●東京都港区北青山3-3-11 ルネ青山ビル1F ☎03-5772-9825 ㊔11:00〜23:30(月〜金)、11:00〜23:00(土・日・祝) 無休 セレブ御用達のN.Y.本店の味を受け継ぐお店。本格派パニーニや、釜焼きピザも味わえます。



**Bar&Lounge MAJESTIC**
●東京都港区東新橋1-5-2 汐留シティセンタービル41F ☎03-3569-7676 ㊔17:30〜翌2:00(月〜木)、〜翌4:00(金・土・祝前日)、〜24:00(日・祝) 無休 東京タワーを望む夜景が最高。大人な雰囲気の店内を楽しみたい。



**TWO ROOMS GRILL | BAR**
●東京都港区北青山3-11-7 Aoビル5F ☎03-3498-0002 ㊔11:30〜翌2:00(レストランは22:00 LO、日は21:00 LO) 無休(お盆、年始を除く) 旬の食材を使った料理は見た目にも美しい。ワインの品ぞろえも豊富。

# 有名読モもパーティーします

最後は有名読者の年末年始の予定を調査しました。マネっこしやすいコーデが





## 黒坂優香子さんは…
大妻女子大学2年

年越しはスノボ旅行にサークル友達6人で北海道に行くつもり。ロッジ風のホテルの部屋で、みんなで年越しそばを食べたり、トランプしたりして楽しく過ごします。

**CD point**
スノボだってガチ防寒はNG。FREE'S SHOPのニット帽とR&Eのムートンブーツでカジュアルな分、真っ白なニットワンピで女のコっぽくします。黒コートを脱ぐと可愛い♥ってことがポイントです(笑)。



## 井上晃子さんは…
R女子大学4回生

東京にいる彼と過ごすために神戸からプチ旅行に。大みそかは彼がレストランを予約してくれてるので、2人でディナーをしてから川崎大師へ初詣に行くつもり。

**CD point**
Chestyのベージュファーコートは彼ウケバツグン。レギパンとボーダートップスで、モードに仕上げておしゃれ感を強調します。シャネルのリバーシブルトートバッグは旅行で大活躍なんです。



## 赤池永梨奈さんは…
法政大学2年

年越しまでは家族と過ごして、お台場に初日の出を見に友達の車でドライブへ出発！ 太陽を拝んだら、しめはあったかーいラーメンがいいなあ(笑)。

**CD point**
ダウンで防寒しても、ミニ丈&モノトーンでまとめて着やせを意識します。ダウンはセシルマクビーでなんと約8,000円。ロンTはJoiasで約6,000円。デニスカはINGNIで約5,000円。バッグはKai Laniで約20,000円で購入しました。



## 伊藤友里さんは…
立教大学4年

私のお手製年越しそばを彼と2人で食べてから、ディズニーランドでカウントダウンをするつもり。乗り物に乗るっていうよりは雰囲気に酔いたいです(笑)。

**CD point**
Joiasで約11,000円だったスカートは、素材感が大人っぽいからデートに◎。ジャケットはアプワイザー・リッシェで約20,000円。黒タートルはFerouxで約5,000円です。バッグはLODISPOTTOで約4,000円。

## 防寒対策が攻略のキモ
# カウントダウン
Countdown

初詣や旅行などアウトドアシーンが多い年末は、防寒しつつも可愛さキープなコーデをすることが重要！ 2010年もおしゃれにスタートしましょ。



## 大場麻里奈さんは…
神戸女学院大学3回生

夜から集合して。USJでカウントダウン！ 新年から乗り物に乗りまくって騒ぎます。朝になったら初日の出を見に、兵庫の六甲山まで行く充実コースです。

**CD point**
今季ハマったレイヤードコーデでイベントにもGO。ValenTine's Highで約17,000円のあったかカーキコートがあればアウトドアでも無敵です。チェックシャツは約5,000円、ショーパンは約5,000円でどちらもINGNIのもの。ニットはJoiasで約10,000円。



## 広野和歌さん
神戸松蔭女子学院大学4回生

年末年始はハワイに家族旅行へ！ カウントダウンはワイキキのリッチなレストランで迎えます。年始からたくさんショッピングするのが今から楽しみです♪

**CD point**
Smorkのベロアワンピは絵麻ちゃんが着てたのを見てひと目ボレ。1枚で超華やかになるから小物はシンプルにします。トレンカと合わせて普段もヘビロテ中です。バッグはピンキーガールズで約6,000円。



## 冨張愛さんは…
中央大学1年

毎年家族でお台場のホテルで年越ししてます。オソロコーデが大好きなので、お姉ちゃんとするつもり！ 0時を迎えた瞬間に、みんなでシャンパンで乾杯。

**CD point**
お目立ちなスパンコールにLOVEなワンピはハワイで買いました。ラインがタイトなので、身長が低い私でもバランスよくキマります。FOREVER21の羽根カチューシャと、バッグでピンクを差しました。



## 神尾美沙さんは…
成城大学3年

サークルの先輩のお宅でホームパーティー！ みんなで大みそかのテレビ番組を見るのも楽しいですよね。年が開けたら明治神宮に初詣にくり出します。

**CD point**
ボーダーはあえてお目立ちカラーのピンクをチョイス。beroseで約5,000円です。ジャケットはw♥cで約10…円。黒カーデはValenTine's Highで約8,000円。ショーパンはSpiral Girlで約7,0…

## カウントダウン★オススメSPOT



### ユニバーサル・スタジオ・ジャパン
●大阪府大阪市此花区桜島2-1-33 ☎06-6465-3000 無休 大晦日19時～元日2時まで『ユニバーサル・カウントダウン・パーティ 2010』開催。元日20時まで楽しめる専用チケットを発売中！(売り切れ次第販売終了)



### ダーツバー&ビリヤード アンジュ
●東京都目黒区自由が丘1-3-16 ☎03-5731-6388 ㉔13:00～翌5:00 無休 スタッフの人が親切に教えてくれるので、女のコだけで行っても安心。スタッフ自慢の料理やお酒と一緒に遊びを楽しんで。



### 恵比寿バール
●東京都渋谷区恵比寿1-26-12 FLAT16 B1 ☎03-5475-7010 ㉔17:00～翌5:00(月～土)、18:00～24:00(日・祝) 第2月曜休 スペイン料理を中心としたオリジナル料理がたくさん。貸し切りパーティーにもぴったり。

# PARTY

華やぎ小物でパーティースタイルをアップデート

scene 1

## 華やぎオーラを放つパーティー仕様な小物なら…

ドレッシーに着飾るパーティーにピッタリなアイテムをチョイス。イベントラッシュな冬に断然お役立ち☆　デイリー使いでもOKな流行小物をそろえました!




ココをCHECK!

☑ キラキラ感&光沢感
ラメやサテンなど、キラキラな要素は不可欠。リュクスな輝きでリッチ度を格上げ!

☑ ゴージャスなデザイン
セレブを気どれる、華やかなデザインが○。フリルやレースが今季のおすすめ!

☑ 上品フェミニンな装い
子どもっぽかったり、派手すぎはNG。品がよく、女性らしい雰囲気のデザインを選んで。

1アニマル柄ファーティペット 2,625円／オフザウォール　アニマル柄がまわりに差をつけるアクセントに。2グレーサテンクラッチバッグ（12×29×3㎝）3,300円／アクセサライズ原宿店　ビジュー使いがリッチな1品。3パープルフェザーつきカチューシャ 1,890円／BE AN ANGEL　大人可愛いパープルのフェザー。4黒レースロンググローブ 1,890円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店　洗練レディをアピールできるレースグローブ。5パール×リボンロングネックレス 3,990円／ウィルセレクション 新宿ルミネエスト店　ゴールドのリボンでガーリー気分もUP。

# イス小物 80

*These accessories look like a high price!*

撮影／屋山和樹（BIEI・モデル）、石沢義人（静物）　スタイリング／大日方理子　ヘア&メイク／AYA（ラ・ドンナ）　モデル／泉里香　●取材店リストは254ページにあります。
※バッグのサイズは（タテ×ヨコ×マチ㎝）、靴はヒールの高さ（㎝）でともに編集部調べです。

# お高く見える!! 真冬のスパ…

## U5,000円!

### 小物トリックでおしゃれを格上げ!

おしゃれをきわめるなら、小物使いをマスターするのが勝ち！　今回は目的別でセレクトしたトレンド小物がズラリ。しかもす…



## 上品サテンの クラッチバッグ

パーティーに欠かせないクラッチバッグ。光沢のあるサテンで品のよさをアピールして。

←〈右〉リボンつき黒クラッチバッグ（12×27×3㎝）4,500円／アクセサライズ原宿店　〈左上〉ネイビーコサージつきクラッチバッグ（13×25×3㎝）4,935円／axes femme（IGA）〈左下〉ベージュフリルクラッチバッグ（15×17×8㎝）4,830円／ユニックバーヴェールダンス



←ドット柄ワンピース 8,400円／Barbie

誰もが見とれる洗練レディに変身☆

## 大ぶり パールネックレス

上品パールが首元を華やかな印象に。ロングネックレスを2連使いにして、じゃらじゃらとつけるのが今季流。



↓リボンつきパール3連ネックレス 1,990円／BE AN ANGEL　きゃしゃなゴールドチェーンが繊細さをプラス。

↓リボンモチーフつきパールネックレス 2,730円／L.CHANCE 渋谷109店　キラキラリボンがキュート。

つけたのはコレ☆

↓パール×スタッズネックレス 2,940円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店

↓パール×ゴールドボール×シルバーサークルロングネックレス 4,925円／31 Sons de mode（ヒロタ）

## デコラな 羽根アクセ

もはや定番人気の羽根アクセ。パーティーに映えそうな、派手感のある色使いがGOOD！



つけたのはコレ☆

↑ピンクフェザーつきカチューシャ 1,890円／Smacky Glam（SANYO SHOKAI）大胆な羽根使い。

↑白フェザーつきカチューシャ 4,095円／ウィルセレクション新宿ルミネエスト店　キラキラのラインストーンがリッチに格上げ。

↑ボルドーフェザーつきカチューシャ 1,050円／L.CHANCE 渋谷109店　大人なボルドーが華やぎ度をプラス。

← エメラルドグリーンフェザークリップ 4,780円／アクセサライズ原宿店　大ぶりな羽根クリップは、コーデのアクセントに。

## ふわもこ ファーティペット

例年以上にBOOMなボリュームファー。首元に巻くだけで華やか度は2割増し♪



←〈上から〉ベージュポンポンファーティペット 1,575円／大中渋谷店　黒ファーティペット 4,179円／イマージュルージュ（イマージュ）　茶ファーティペット 4,410円／ANAP渋谷店　小顔効果を狙うならブラックをチョイスするのが効果的。

## レディな ロンググローブ

ロンググローブは大人ブラックをチョイス。スエードやレース、レザーなど、今季はバリエーションも豊富…



つけたのはコレ☆

↑〈右上から時計回りに〉黒ドット柄ベロアグローブ 2,940円、黒ベロアグローブ 2…円／ともにピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店　黒レースグローブ 2,205円／SH…BE MODEL　黒ギャザー入りロンググローブ 2,940円／ナチュラルビューティーベーシ…　デイリーに使うならスエードがおすすめ。

ピンクスタッズつきベレー帽
75円／ANAP渋谷店　甘いピン
にスタッズのトッピングで辛ロ
ードにシフト。2黒スタッズベル
2,625円／INGNI　ウエスト
ークで、スイートコーデのアクセ
ーに。3ユニオンジャックスパン
ールバッグ（14×25×5㎝）3,7
円／ユニックバーヴェールダンス
ラムロックなユニオンジャック×
ンコールでカッコ可愛く。4グ
ーンフレームサングラス 1,260円
BY渋谷109店　海外セレブな
ングラス。5ファーポンポンつき
パード柄パンプス（1㎝）4,725
RANDA（RANDA 原宿店）
のモードなアニマル柄は、フラッ
でも大人っぽい仕上げに。6
ェック柄ストール 3,990円／Ba
e　マルチなチェック柄がPOP
可愛さ。

パワフル小物でマンネリCDを一新



ココをCHECK!

☑派手柄&派手色
大胆なデザインやカラーは、小物だから挑戦できるもの。ちょっと派手くらいがベスト。

☑ゴツめディテール
スタッズやビジュー使いなど、パッと目を引くごつめのデザインがGOOD。

☑流行の80'sデザイン
今季なら80'sのアイテムはマスト。キラキラアイテムでおしゃれテンションもUP！

1 2 3 4 5

scene 2

# 定番CD（コーディネート）を速攻で今季っぽくイメチェンするなら…

マンネリしがちなこの時期、いつもコーデは小物でマンネリ打破するのがおしゃれ上級者。旬トレンドのアイテムを活用して、ソッコー印象チェンジを狙って☆

DAILY




## ハンサム カラーベレー帽

ベレー帽でもカラーを選ぶことでまわりに差がつくおしゃれの完成。でかモチーフも必至です。

↑〈右上から時計回りに〉茶ファーボンボンつきアプリコットピンクベレー帽 3,045円、ビッグリボンつきブルーベレー帽 3,045円／ともにINGNI ビジューつきベージュベレー帽 3,990円／31 Sons de mode（ヒロタ） LOVEスタッズつきブルーベレー帽 3,675円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店



→ベージュ×こげ茶ダルメシアン柄フラットシューズ（1㎝）3,990円 ナチュラルビューティーベーシック

→〈上〉茶×キリン柄パンプス（6.5㎝）1,995円／大中渋谷店 ユニークなキリン柄。〈下〉白×黒ダルメシアン柄パンプス（6.5㎝）1,995円／大中渋谷店 フェミニンさも演出するダルメシアン。

## 派手可愛 アニマル柄パンプス

定番人気のアニマル柄。ガーリーなフラットや、美脚フォルムなど、女性らしさもプラスするのが◎。




↙白ブラウス 5,880円／la Bala（SANYO SHOKAI） 黒コルセット 6,195円／titty & Co. 新宿店

→〈上から〉ゴールドスタッズつき黒ゴムベルト 3,780円／SmackyGlam（SANYO SHOKAI） 黒スタッズつきゴムベルト 1,995円／titty & Co. 新宿店 黒レザー風スタッズベルト 4,935円／Double dazzle ちょっとハードなくらいのスタッズ使いが可愛い。



## ガーリーロックな スタッズ太ベルト

インパクトを重視するなら、ベルトはスタッズつきが◎。この冬ならではのトレンド感で今



← ブルーフレームサングラス 1,260円／SBY 渋谷109店

## セレブ気どりな カラーフレームサングラス

カッコいい女をめざすならサングラスをON。カラーフレームがおしゃれ度を加速。

←〈上から〉ベージュフレームサングラス 1,995円／INGNI クリアパープルフレームサングラス 3,045円／SWORD FISH心斎橋OPA店

## きゃしゃな チェーンアクセ

カチューシャやブレスのほか、ななめがけできる携帯ストラップが流行中。アクセはちょっとアンティークな雰囲気に。



↓白×ゴールド2連チェーンブレス 1,200円／アクセサライズ原宿店 2連ブレスが1つでセンスアップに。

←黒×ゴールドチェーンカチューシャ 1,365円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 大人なブラック。

↗ピンク×ゴールドチェーン携帯ストラップ 1,995円／INGNI 携帯ストラップもおしゃれな着こなしに。




→〈上から〉グレースパンコールバッグ（31×45×14㎝） 4,935円 INGNI 黒スパンコールバッグ（22×18×12㎝）3,990円／ユニックパーヴェールダンス

## キラキラ スパンコールバッグ

キラキラ輝きを放つスパンコールは、1つ加えただけで見違え！シンプルコーデの華やき度をUPします。

→ミントグリーンスパンコールバッグ（22×28×7㎝）4,200円／Barbie パステルカラーがキュートさをON。

←ピンクスパンコールバッグ(21×18×10㎝) 4,200円／Plush&Lush

## 甘カジLOOKな チェック柄ストール

ガーリーなカジュアルを装えるチェック柄。大判ストールで、プレッピースタイルを狙えます！

→〈右上から時計回りに〉黒×黄ツイード風チェック柄ストール 3,129円／イマージュルージュ（イマージュ） ネイビー×赤チェック柄ストール 4,900円／MONO COMME ÇA グリーン系タータンチェック柄ストール 3,045円／DipDrops（オンワード樫山）



ハートをわしづかみにするCUTEアイテム♥

scene 3

# デートに活躍する女子力UPな格上げ小物なら…

女のコらしく、トレンドも盛り込んだ小物をプラスして、意中の彼のハートをキャッチ♥　リボンやピンクなど、恋愛力もUPしそうな小物はどこかに1つ入れるとGOOD！




ココをCHECK！

☑やわらか＆軽素材
ふわふわ、もこもこした素材感など、やわらかくて軽い素材で女のコらしさも2倍に。

☑ガーリーなモチーフ
リボン、ハートなど、鉄板のガーリーモチーフは、それだけで女子度をアップグレード。

☑女らしいペールトーン
ビビッドカラーより、淡い色使いのほうが男ウケは◎。特にピンク＆ホワイトがおすすめ。

DATE

1白ファーつきピンクグローブ 3,990円／axes femme(IGA) ふわふわのファーつきがポイント。2白ファー帽子 3,800円／ピーチ・ジョン　ボリューム感のあるファーが胸キュン。3パープルリボンつきパンプス（9㎝）3,675円／Salus（サルース）小悪魔な大人っぽさをアピールできるパープル。4ラベンダーカラーキルティングチェーンバッグ（19×28×9㎝）4,935円／ピンキーガールズ新宿ルミネエスト店　キルティングが上品。5黒リボンゴムベルト 3,780円／Feroux（オンワード樫山）ブラックで大人に。6ベビーピンクマフラー 1,050円／大中渋谷店　ラブリーなピンクがキュート♪

LOVELY

## ポンポンつきピアス

顔まわりをパッと華やかにするポンポンつきピアス。揺れるたびにラブリー感満点です！



↓ゴールドハート型フープ×ファーポンポンピアス 315円／パリスキッズ原宿店 女のコが大好きなハート＋ファーの最強コンビ。

↑ベージュファーポンポンつきフープピアス（シンプルピアスセット）1,680円／PROPORTION BODY DRESSING 淡いベージュが女のコらしい。

←ピンクポンポン×ハートモチーフつきフープピアス 2,415円／Honey Bunch名鉄百貨店本店ヤング館店 ラブリーピンクが乙女心にHIT！

大人可愛い

## リボンパンプス

リボンがついてるだけで、シンプルパンプスもスイートな印象に。今季は大きめサイズが買いです。



→（右から）赤系チェック×黒リボンパンプス（7㎝）4,179円／イマージュコレクション（イマージュ） 黒バックリボンつきパンプス（8㎝）3,675円／Salus（サルース） キラキラビジューつきが大人フェミニンを演出。

きゃしゃフォルムな

## ピンクゴールドネックレス

アクセはピンクゴールドが断然可愛い♪
きゃしゃなものを選んで、繊細な女のコを演じて。



←〈上から〉Eイニシャルネックレス 315円／パリスキッズ原宿店 ピンクゴールドLoveロゴネックレス 1,050円／L.CHANCE渋谷109店 ピンクゴールドリボンネックレス 840円／Barbie ピンクゴールドダブルハートモチーフネックレス 1,365円／L.CHANCE渋谷109店

つけたのはコレ☆




←花柄ブラウス 6,195円／SHINE BE MODEL

ピュア白

## もこもこハット

ふわっとした素材＆ホワイトカラーにキュンときちゃう男のコ続出なはず。守りたくなる女のコを演出。



被ったのはコレ☆

↑〈右上から時計回りに〉黒ビッグリボンつき白ニット帽 3,675円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 ビジュー＆パールつき白モヘアベレー帽 4,800円／Honey Bunch名鉄百貨店本店ヤング館店 白ファー帽子 4,095円／INGNI ファーポンポンつき白ニットベレー帽 4,095円／ジェネリーク（パサージュミニョン）

コンシャスを叶える

## リボンベルト

スタイルUPにも貢献するベルト。リボンつきならブラックをセレクトして、可愛くなりすぎを防止。



↑チュールリボンゴムベルト 2,415円／LODISPOTTO お嬢なチュールリボンが気品をプラス。

←シルバースパンコールリボンつき黒ゴムベルト 2,992円／ジェネリーク（パサージュミニョン） 甘辛MIXが楽しめるスパンコールリボン。

あったか

## ロングマフラー

さっと巻くだけで、ガーリーな雰囲気をトッピング♪ 顔をうずめるようなしぐさがキュート♥



↑（右から）ラベンダーカラーニットマフラー 970円／SBY渋谷109店 ポンポンつき白ニットマフラー 3,990円／[illegible]

ペールカラーの

## スエードグローブ

レトロガールなスエードグローブが、リッチな雰囲気。ポンポンやファーつきが◎。



↑[illegible]スエードグローブ 4,095円／ユニックバーヴェールダンス 上品なファーでリュクスなレディに。

←ポンポンつきベージュスエードグローブ 4,900円／MONO COMME CA お目立ちポンポンがまわりに差をつけ。

フェミニン気分な

## キルティングチェーンバッグ

洗練された印象のキルティングバッグ。女のコらしい小ぶりサイズのものを選ぶのが[illegible]です！



→ピンクリボンつきキルティングチェーンバッグ（16×26×7㎝）3,990／LODISPOTTO ホットピンクとリボンで可愛さMAX！

←ピンクファー[illegible]ト型キルティ[illegible]チェーンバッ[illegible]（25×22×8㎝）4,[illegible]35円／ピンキーガールズ 新宿ル[illegible]ネエスト店 ふ[illegible]の肌ざわり[illegible]度UP！

↑アイボリーリボン[illegible]きキルティングチェー[illegible]ンバッグ（14×20×[illegible]）4,095円／INGN[illegible]フォルムがチャー[illegible]

# 今から使える「春トレンド」Hunting

…クしなくちゃ☆　今すぐ投入してマンネリぎみな冬コーデのブラッシュアップに役立てて。



Item 04

## …タミンカラー

…気分を楽しめる
…ぎたての
…ルーツみたいな
…ラーが新鮮！



Item 03



Item 02

## フラワープリント

春ヴィンテージを叶える
アンティーク風プリントで
おしゃれセンスをアピール



Item 01



Item 08



Item 07

## バルーンそでトップス

ふんわりシルエットの
七分そでなら
着回し力は絶大！

## …ツイードミニボトム

…るめカラー＆
…手の素材なら
…着られて
…まで大活躍！



Item 09



Item 06



Item 05

## オフ白レザージャケット

流行のレザージャケットは春も
続投！　オフホワイトなら万能☆



Item 12



Item 13

## インパクト小物

黒ベースにビビッドカラーの
個性的なプリントがお目立ち！

## ファーつきレインブーツ

ファー＆リボンのデコレーションが
エレガントな存在感を発揮



Item 11



Item 10

## フラワー柄傘

女ゴコロをくすぐる
こんなに可愛い傘を発見！
雨の日が待ち遠しい♪

…ラワー柄ブラウス 30,450円　ボーダー×花柄コンビが新鮮。02フラワー柄ワンピース 25,2… 胸下切り替えでスタイルUP。03イエローフリルつきニット 12,600円　えりぐりにフリル… 04パイピングそでフリルTシャツ 12,600円　縦フリルがアクセント。05オフホワイトレ…ジャケット 45,150円　リボンモチーフが甘さをプラス。06リボンつきチェック柄ブラウス…0円　3つ並んだリボンモチーフがキュート。07ブライトギャザーブラウス 14,700円　胸…フリルが華やか。08ツイードスカート 18,900円　ラップデザインがおしゃれ。09ボーダ…ョーパン 14,700円　トップスをINするとリボンが映える。10フラワープリント傘 7,350円…ルのトリミングがラブリー。11ファー＆リボンつきレインブーツ 15,750円　おしゃれなミ…ティーカラー。12財布 23,3[illegible]0円　[illegible]るチェーンつき。13手帳 13,[illegible]00円　ハート…ッツマークつき。以上ジルスチュアート

早くも売れてます!!

# スターブランド

*Star Brand*

日に日に寒さは増すけど、人気ブランドのSHOPには早くも春めいた新作が登場！ おしゃれガールズは、いつだって先どりが鉄則だから、誰よりも

撮影／江口博彦（モデル）、石沢義人（静物）、河野望（P148-05、09） スタイリング／樋口かほり（KIND） ヘア&メイク／柴田洋一郎（P-cott） モデル／今井りか、泉里香、南里美希 ●取材店リストは254ページにあります。



*Star Brand 01*

## JILL STUART

ジル スチュアート

春のクルーズラインの新作が届きました！
ジルらしい女のコらしさをたっぷり詰め込んだ
アイテムが続々ラインナップ。
オリジナルプリントの花柄やレディなツイード、
ラブリーな小物も見逃せません！

白ワンピは少女みたいなナチュラルな着こなしが気分

白カットワークレースワンピース18,900円、ピンクサテンターバン3,150円、ビッグパールネックレス13,650円／以上ジル スチュアート　茶ファーつきかごバッグ14,700円／northcorner（Jolly Boutique）　茶ニーハイブーツ45,150円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ（サン・トロペ コーポレーション）

# ドット&フリル

女のコが好きな甘ディテールを
つめこんだ胸キュンデザイン♥







# フラワー柄ワンピ

今すぐ春を感じられる
Smorkの小花柄は
すべてオリジナルプリント











# スエードフリンジ

ウエスタンコーデに
欠かせないスエードで
気分はカウガール♪





# ダンガリーショートボトム

ダンガリーデニムは今季も
大豊作！　ボトムで
さりげなく春感をプラス

# マキシ丈ワンピース

楽ちん&可愛いマキシ丈の
人気はまだまだ続きそう。
リゾート風デザインに注目



# マリンネイビー

さわやかネイビーを
投入して、BOOM到来の
マリンを先どり！







# スエードベルト

ャツやワンピースなどに
ラスするだけで旬な
リハリシルエットに！



# ポップ柄シューズ

ギンガムチェックに
小花柄パッチワーク……
足元から春を呼び込んで



ワー×ドット柄ワンピ 19,950円　ヴィンテ
プリントで一歩リード。**02**フラワー柄ワン
490円　長そでなら今すぐ着られる！ **03**ベ
きベアワンピ 11,550円　着回し力バツグン。
ライブサロペット 14,490円　清潔感たっぷ
5ドット柄フリルワンピ 参考商品　グレー
なので大人め。**06**フェイクスエードスカー
75円　スパイシーなスタッズつき。**07**ベル
レースフリルスカート 13,440円　INしても
らちら見せしてもサマになる。**08**マキシ丈
17,850円　おしゃれなカラフル刺しゅう入
9デニムスカート 9,975円　ふんわりシルエ
可愛い。**10**ダンガリーサロペット 12,600円
ップをはずせばハイウエストショーパン。
トバッジつきパーカ 11,550円　バランスを
すい短め丈。**12**ボーダーロングTシャツ 7,2
　えりぐりにレースつき。**13**オーバーオール
0円　**14**ギンガムチェックパンプス 参考商品
&チェリーモチーフがキュート。**15**フラワ
ーツ 16,800円　主役級の存在感。**16**フェイ
エードベルト 5,900円　問合せ先
mork（Smork by Language渋谷店）



大注目のダンガリーデニムを
ひとくせデザインで差をつけ

ダンガリーデニムワンピ 16,800円／Smork（Smork by Language原宿店） チェーンブレス 2,625円／DURAS ambient ストール 10,290円／アルバローザ（アルバローザ ジャパン） チェーンバッグ 6,195円／SHINE BE MODEL ブーツ 31,290円／ダイアナ（ダイアナ銀座本店） カチューシャ／スタイリスト私物





柄物で遊びゴコロをプラス
王道ワンピをブラッシュアップ

花柄シフォンワンピ 15,540円／Smork（Smork by Language原宿店） クラッチバッグ 3,675円／SHINE BE MODEL ブーツ 7,350円／FLAG-J渋谷109店

*Star Brand 02*

# Smork

スモーク

ウエスタンガールをイメージしたスタイリングが
この春イチおし！「Folkie girl」をテーマに
小花プリントやデニム、レースなどを使った
SWEETな着こなしを提案しています。



スエードベストを合わせれば
旬のウエスタンスタイルが完成

花柄刺しゅうマキシ丈ワンピ 17,640円、スエードベスト 16,800円／ともにSmork（Smork by Language原宿店） かごバッグ 8,925円／LD prime ブーツ 13,440円／BABY PURE（イーボル）



マカロンカラーでまとめた
SWEETレイヤードに夢中♥

花柄シフォンコンビネゾン 23,100円／Smork（Smork by Language原宿店） リブタートルニット 7,875円／Jolly Days（Jolly Boutique） カチューム 2,940円／LHS BLONDY（blondy） ニットかごバッグ 14,490円／アルバローザ（アルバローザ ジャパン）



## ヴィンテージレース

繊細なレースをぜいたくに使ったアイテムはこの春注目度No.1!



Item 03



Item 05



Item 04



## カットワークレース

Item 02

コットンのカットワークレースはひねりの効いたデザインに注目！



Item 01





Item 06

## 波ボーダーワンピ

定番のマリンを新鮮に見せる
波うつようなボーダーに視線集中



Item 07



Item 08

## ティアードレース

サテン素材に黒レースを重ねた
ゴシック調の印象が存在感を発揮

## スエードブーティ

スタイリッシュなスタッズ
使いがスパイシー。
今から春までヘビロテ決定

## サファリストール

Item 09

色あせたような
大花柄がレトロ。
シンプルコーデの
アクセントに





Item 12

## ガーリービスチエ

をブレイクしたコルセット風
ビスチエがラブリーになって登場



Item 11



Item 10

## 花柄シフォン&レース

花柄シフォンとレースのコンビが
アンティークな雰囲気



ーラルピンクカットワークフリルスカート 価格未定　トップスINしてもキマる編み上げデザイン。02白コットンミニワンピ 14,700円　インパクト大なワンショルダー。03サックスブルーレーススリーブブラウス 9,975円(mercuryLUX)　ビッグスリーブが大人め。04黒フリルレースジレ 9,975円(mercuryLUX)　手持ち服にはおるだけで旬度UP。05白レースタンクトップ 4,725円　1枚でもレイヤードしても使える。06サテン×レースティアードキャミワンピ 15,750円(mercuryLUX)　ピンク×黒の小悪魔コンビ。07波ボーダーワンピ 12,600円　マリンスタイルにひと役。08スエードブーティ 15,750円　スパイシーなスタッズつき。09サファリストール 価格[illegible]スタルジックなプリント。10花柄シフォンブラウス [illegible]50円(mercuryLUX)　デニムでカジュアルダウ[illegible]。11チュールレースビスチエ 価格未定　ティアードフリルが胸キュン。12花柄ビスチエ 7,875円　少女みたいな小花柄。　以上MERCUR[illegible]



ガーリーな白のコットンドレスを
デニムMIXでカジュアルダウン

Star Brand 03

マーキュリーデュオ

# MERCURYDUO

春のテーマは「AMERICAN RETRO」。カリフォルニア・ビーチでのバカンスをイメージした、レースをキーディテールにコーラルピンクやサックスブルーを効かせたHAPPYなアイテムがそろっています。

コットンマキシ丈ワンピ 17,850
／mercuryLUX（MERCURYDUO
ダンガリーシャツ 8,925円、ニ
トカーデ 11,550円、ブーツ 15
50円／以上MERCURYDUO　フ
ンジトートバッグ 6,090円／S
ckyGlam（SANYO SHOKAI）
チューシャ／スタイリスト私物





## パールつきツイード

春大活躍しそうなツイード☆
パールで上品さに拍車をかけて

## 花柄サテンワンピ

上品なサテン地が大人め。
ヒラそでがきゃしゃな印象





## パールネックレス

プラスすると
さりげない
クラスアップを
お約束！





## 小花柄ストール

どんなコーデもたちまち
春っぽくしてくれる
お役立ちストール



## キラ²ワッペンつきカーデ

はおりものとしても使える
万能カーデは、この春
1枚あると重宝しそう！







## 春素材ショーパン

春ツイードやサテンなど
キレイめに着こなせる
ショートパンツが大豊作





## お嬢ワンピース

1枚で好感コーデが完成する
ワンピースはいくらでも欲しい♥

柄サテンワンピ 12,600円　ブラックベースの花柄が大人め。02花柄サテンワンピ 12,600円　繊細な小花柄は清楚な印象。ールつきツイードジャケット 15,750円（1月発売予定）　合わせやすいノーカラー&ジップアップ。04パール×レースワンピ 50円　ベルト風にあしらったレースがポイント。05リボンワッペンつきカーデ 7,245円　スパンコールリボンのワッペン 性をアピール。06・07・08小花柄ストール 各3,990円　どれも可愛い♥3色展開。09・10リボンつきパールネックレス 各 0円　リッチなニュアンスをプラス。11フラワーモチーフつきツイードワンピ 13,650円　切り替え部分にお花モチーフがぐ 。12切り替えワンピ 12,600円　一見コーディネートしたかのような異素材ドッキングワンピ。13サテンショーパン 8,295円 コらしく着こなせるキュロットスカート風。14白×ピンクMIXツイードショーパン 8,295円（1月発売予定）　ふんわりバル シルエット。15ツイードショーパン 7,245円（2月発売予定）　ロールアップがきちんと感をプラス。　以上BE RADIANCE



華やかな花柄ワンピはブーツで甘さを駆け引き

パープル花柄シフォンワンピ 10,290円（1月発売予定）／BE RADIANCE　チェーンバッグ 8,295円／DelilaH　キャメルロングブーツ 33,390円／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）



ピンク系グラデーションで上品リッチなコーデが完成

ピンク系MIXツイードノーカラーコート 17,850円（1月発売予定）、オフ白花柄シフォンワンピ 11,550円（3月発売予定）、ともにBE RADIANCE　チェーンバッグ7,140円／DURAS　ピンクスエードパンプス 7,245円／R&E渋谷109店 ヒアス スタイリスト私物

Star Brand 0

ビーラディエンス

# BE RADIANCE

トレンドをとり入れた甘めアイテムを魅力的なコーディネートで楽しむという意
「Attractive Sweet」が今季のテーマ。定番人気のツイードやレースな
エレガントなアイテムのほか、カジュアルめなアイテムまで幅広く展開してい



キュロット風ショーパンなら定番コーデも見違える！

リブタートルニット 4,725円、リボンつきショーパン 8,295円　ともにBE RADIANCE　ファー帽子 4,095円、リボン型チェーンバッグ 8,295円／ともにエゴイスト渋谷109店



人がシンプルワンピをクラスUP

ニットマフラーつきワンピ 9,975円／BE RADIANCE　チェーンバッグ 3,6
5円／オーバータッシ
渋谷109店


今日から私は、
ブーツ・デオドラント!
シュッ
ひと吹き
24時間Keep!
Cutestep キュートステップ
無香料
ブーツ用デオドラントスプレー
ブーツの奥まで届く
新噴射ノズル
携帯用
小さめバッグにも
スッキリIN
世界特許 (日本・EU・米国で特許取得)
「グラフト重合法」採用
●ブーツのニオイを強力無臭化
●消臭効果が一日中持続
65mLタイプ
約80回使えます。(1回0.8秒スプレー)
17mLタイプ
約25回使えます。(1回0.8秒スプレー)
お買い求めは全国のドラッグストア、バラエティストアで
www.shanghaidz.com

monthly It News

photograph / Kouichi Sakata
styling / Rico Obinata

Winter Inner 1

## ひびかない！ 寒くない！ 優秀インナー勢ぞろい！

あたたかさや上に着るものにひびかないなど、機能性を追求した逸品をご紹介。着たらその効果に必ず驚くはず！







1パフホット ブラック 4,410円／トリンプ・インターナショナル・ジャパン　ソフトな肌ざわりで保温性と吸放湿性にすぐれたシリーズ。2 happy warm powdery 各1,365円／PLAZA　パイル地の肌ざわりはやみつきになりそう！ ストッキングみたいな薄さも感動もの。3ヒートテックUネックT 各1,500円／UNIQLO　ベーシックカラーにキレイ色のカラバリが追加。4〈上から〉ミントグリーンキャミ 2,100円　デオドラント効果でずっと無臭をキープ。ラベンダー半そで 2,500円　ピーチフレグランスの香りが買ったときからずっと続きます。ピンクドット七分そで 2,400円　椿オイルがねりこまれたモイスチャー感がたまりません♥（※すべて1月中旬ストア限定発売）／以上ピーチ・ジョン　5スゴ衣 3,675円／ワコール　薄い、軽い、あたたかいの三拍子そろった自信作。八分そで＆広めのUネックと見せない工夫もてんこ盛り。

デザインも機能性も使い分けてこそおしゃれ上手！

# おりこう冬インナーが大充実

おしゃれに寒さは関係ない！ といいたいところだけど、実際に体を冷やすのは悪いことだし、あったかくて可愛いが一番。そこで最新のインナーから本当に使えるものだけピックアップ。研究すれば、もっとおしゃれが楽しくなるはず。

●取材店リストは254ページにあります。

Winter Inner 3

## 今季は可愛いデザインのオンパレード！ 毛糸パンツも進化中☆

おうちならこれをボトムとして1枚ではくのもOKなほど可愛いデザインがズラリ。はらまきつきも新定番に仲間入り。







1マシュマロパンツ 1,575円／Secret Candy　パステル配色が可愛い♥　2ハッピィ＆ウォーム ローライズマルチボーダー 1,600円、ハッピィ＆ウォームHARAマキパンツノルディック 1,900円／ともにピーチ・ジョン　プリントのバリエもPJならではの豊富さ。3アーガイル柄ふわふわはらまきパンツ 2,079円、ノルディック柄ふわふわパンツ 1,554円／ともにイマージュコレクション（イマージュ）　4ウォームエフェクトホットパンツ 各1,000円／UNIQLO　保温性ももちろん◎。

Winter Inner 2

## ちょこっとディテールがキモ！ 見せてもキュートなLOVEインナ

インナー＝ババシャツの考えはもう古い！　今までの概念をくつがえすキュートなデザインばかりを集めました。







1Girlyfit BABA ラウンドネック いちご柄、小花柄 各2,900円
チ・ジョン　えりぐりとそで口のレースデザインに注目。2蜷
N BABA ラウンドネック 3,900円／蜷川JOHN（ピーチ・ジョン
の有名カメラマン蜷川実香さんとのコラボ。3リブレースキャミ
465円／31 Sons de mode（ヒロタ）　ウール混であったかい！
も着られるキャミソール。4ハート柄五分そでインナー 各1,99
PLAZA　ハート柄のバリエが多いのも魅力。



ィンボーから目が離せない!!
J-AXIS
AG1190-W
AG1190-YE
AG1190-PI
AG1190-RB
19page.com
AG1190-BK
AG1190-PU
商品番号
AG1190 ¥2,079(税込)
女優 三船 美佳
株式会社 サン・フレイム
TEL 03-3845-3206
www.sunflame.co.jp
東京・銀座でもお買い求め頂けます。
銀座菊水(松阪屋百貨店前)
www.shanghaidz.com

photograph / Kouichi Sakata

美のエッセンスが詰まったアイテムで
見違えるほどのピュア肌をGET




③ プルプル感触のシャワージェリー

② 赤ちゃん肌をつくるシアエキス配合

⑤ リッチなバブルバスでうっとり気分

① 極上の香りで気分リフレッシュ!

④ アプリコット&ピーチの香りにリラックス



## 気分も女度もUP♡
# 癒しのバスアイテムでしとムチボディ!

寒い季節、乾燥もいよいよ本格的に。そこで、キレイ磨きに欠かせない、
バスアイテムの新作をご紹介! 心地いい香りを漂わせ、
心身ともにリラックスしながら、しっとりスベスベ肌へと導きます。
キレイを呼ぶHAPPYアイテムで、優雅なバスタイムを楽しんで♪

① イグニス バスエッセンス 全2種 各280mℓ 各2,625円/イグニス ハ
ブの香りのハーバルハーベストと、ポカポカ温まるホットシトラ

② シア ベイビーシャワージェル 300mℓ 3,150円/ロクシタンジャポ
肌にやさしい処方で、しっとりマシュマロ肌に。1月21日発売。

③ スノー シャワージェリー 80g 930円/ラッシュジャパン ミネ
ル成分たっぷりなボディソープ。1月末限定発売。

④ エンジェルハート ボディウォッシュ 400mℓ 1,365円/アメーズユ
プランニング うるおいを与え、乾燥知らずな肌に。

⑤ LoLLIA バブルバス BR 387mℓ 5,250円/グローバル プロダクト
ランニング 草花とグレープフルーツ、オレンジの香り。

●取材店リストは254ページにありま

# 季パンプスはコレ!

**Ray 読者に人気の4大ブランドに教えてもらった、飛び売れ間違いナシな春パンプスを大公開。コレさえGETすれば速攻でおしゃれリーダーに昇格♥**



大人コーデに好相性な美脚フォルムが勢ぞろい

ムグリーン×クリアリボンパンプス(9.5cm) 22,050円
素材のリボンがピュアな印象。フレッシュなライムグリ
、パンツスタイルにも、フェミニンなボトムにも相性抜
エメラルドグリーンサテンサンダルブーツ(11cm) 18,900
テンテープも今季トレンドの予感。エメラルドグリーン
。3ベージュミュール(9.5cm) 19,950円 夏までヘビロ
そうなミュール。カジュアルスタイルにも好相性。4黒
チカラードット柄サンダル(9.5cm) 19,950円 ポップ
チドットが目を引く1足。はきやすいバックストラップ。
ビーサテンサンダル(9.5cm) 19,950円 大人可愛さを演
くれるネイビーカラー。/以上セヴン・トゥエルヴ・サー
ン・トロペ コーポレーション

Brand 02

セヴン・トゥエルヴ・サーティ

## ⅦⅫⅩⅩⅩ

From Press

“真っ先買いにおすすめはブーティサンダル! ビジューやリボンなどのモチーフも、冬に引き続きHIT な予感。冬よりガーリーな装いなのが特徴です。”



Brand 01

ダイアナ

## DIANA

From Press

“足首や甲を覆うデザインや、上品なエアリー感のある可愛らしさが主流。また、シンプルなデザインに遊び心のある素材の組み合わせなど、個性のあるシンプルさもポイントです!”

シンプルな中に遊びを効かせたデザインでまわりに差をつけて



1コサージつきブルーデニムパンプス(8.5cm) 13,440円 部分的にあしらったレースとホワイトコサージがロマフェミニン。2白ジュエルリボンパンプス(9cm) 13,440円 美脚フォルムと上品なジュエル使いで、大人なリボンに。3赤サテンパンプス(10cm) 13,440円 あざやかなレッドも、光沢サテンで派手すぎを防止。4デニム×赤ラメポインテッドトウパンプス(9.5cm) 14,490円 異素材ミックスのボーダーがユニークで、コーデのアクセントにお役立ち。5サンダルブーツ(9cm) 15,540円 ブロンズカラーがクールな装いにピッタリな1足。/以上ダイアナ(ダイアナ銀座本店)

# 春靴 News

Spring Shoes News

**冬コーデもマンネリしがちなこの季節。足元おしゃれはひと足お先に春支度♪心躍るようなキュートな春靴が満載です。最高に可愛い厳選アイテムだけをお届け☆ 誰よりも早くチェックして、トレンドセッターを狙って!**

1グレーフラットシューズ（1cm）15,750円　スパンコール使いが華やかな雰囲気に。2イエロー型押しパンプス(8.5cm) 17,850円　ビビッドなイエローも、型押しで大人っぽく。3リボンつきレインボーカラーストライプパンプス（8cm）17,850円　おしゃれ度を格上げするカラフルデザイン。4ブルーレザーパンプス(7.5cm) 18,900円　プチリボンがチャーミング。5ピンクコットンレースパンプス（リボン3個つき）(6.5cm) 17,850円　3個のリボンが超キュート。コットン素材もナチュラルで春らしさ満開！／以上JILL STUART shoe(モーダ・クレア)



1
2
3
4
5

ナチュ可愛い春パンプスでいつもより足どりも軽快に♪

Brand 04

# JILL STUART shoe

ジル スチュアートシュー

From Press

“今季の春ファッションは、フェミニンで女性らしいデザイン。トレンドに合わせた、ふんわりとしたナチュラルな可愛さをイメージしたディテールや色合いを重視しました。”

人気4大ブランド発！

イチおし

Brand 03

# KariAng

カリアング

From Press

“パステルカラーと、カラフルプリント柄がキュート。春気分をアップさせるようなHAPPYデザインがそろってます。足元だからこそのユニークデザイン！”



1
2
3
4
5

POPなデザインにトリコ♥

1ベージュドット柄オープントウ
(7.5cm）16,800円　ベージュ×ホ
ドットがナチュラルな可愛さ。2ブ
ン×コルクヒールパンプス(8.5cm
円　リネン素材が女のコらしさをUP
ーベットカラーリボンパンプス(7.5
50円　お菓子みたいなポップな色
わせが胸キュン。4ユニオンジャッ
ス（9cm）18,900円　冬から引き続
ルスロックなユニオンジャックは
5ハート柄コルクヒールパンプス(8
750円　大胆なハートデザインでま
目の的に！／以上KariAng(モーダ・



おしゃれ上級者はもう目移り中！

# HIT予想な

撮影／石沢義人　スタイリング／大日方理子　撮影協力／EASE

●取材店リストは254ページにあります。

※ヒールの高さ(cm)はすべて編集部調べです。

# Q&A10

今春のトレンドキーワードがすぐわかる、Q&Aをご紹介。
コレさえおさえれば、おしゃれ偏差値はぐんとUP。
ライバルに差をつけるためにも、出遅れ厳禁デス！

## Q Newトレンドな春靴は何？

## Answer デニム&リネンのナチュラル素材に注目！

ピュアな印象を与える、デニムやリネンがたくさんお目見え。フェミニンな春ファッションとの合わせやすさも抜群！ リネン素材は、カラフルカラーを選ぶのが正解です。




Lightなやさしげ春素材で
ナチュフェミニンを気どって

ブリーチデニムジップつきパンプス(9cm) 19,950円／ピンキー&ダイアン(リーガルコーポレーション) ロックなジッパーがスパイスに。2 デニムパンプス(9.5cm) ,950円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション) 美フォルムなアーモンドトウ。3 リボンオープントウパンプス(8.5cm) 16,800円／INDIVI(モーダ・クレア) リボンつきで女子力を加速。4 ジュエルつきデニムパンプス(7cm) 12,390円／モード・ラッセ(シンエイ) 華やかビジューがポイント。5 デニムサンダル(12.5cm) 18,900円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション) コルクヒールがナチュ度をUP。

クリネンスタッズつきパンプス(7cm) 16,800円／INDIVI(モーダ・クレア) ガーリーなピンク×プチスタッズが絶妙マッチ。リネンラウンドトウパンプス(7cm) 12,810円／Melmo(モーダ・クレア) ドレッシーなあざやかレッドが印象的。3 オレンジリネンコルクウエッジパンプス(9.5cm) 19,950円／セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション) モノトーンスタイルのアクセントになるビビッドカラー。4 ラベンダーリネンフラワーつきパンプス(6cm) 15,540円／ドゥース(シンエイ) トゥの小花がラブリー。5 イエローリネンラウンドトウパンプス(9cm) 9,800円／カリストガ(サン・トロペ コーポレーション) イエローもリネン素材なら大人めにシフト。

最新トレンドが丸わかり！

# 春靴



1ピンクウエッジパンプス（7cm）14,490円／ブーラビアンカ（シンエイ）ツヤのあるエナメルが上品。2グレーパンプス（7.5cm）6,195円／vanity beauty（三鈴商事）細身のシェイプがスタイルUPに貢献。3アイボリーウエッジパンプス（7cm）6,195円／vanitybeauty（三鈴商事）歩きやすいウエッジソール。4グレーサンダル（11.5cm）49,350円／TSURU by MARIKO OIKAWA（ワークスインターナショナル）ユニークな装飾デザイン。5アイボリーオープントウパンプス（8cm）17,640円／グラムジーン（シンエイ）かっちりスタイルに◎な大人フェミニンさが魅力。6ピンクバックストラップサンダル（7.5cm）29,400円／Salon de WASHINGTON（銀座ワシントン 銀座本店）レザーがリッチに格上げ。

## Q 春のキーカラーを教えて！

## Answer グレイッシュなパステルカラー

ちょっとくすみがかった、ペールトーンのパステルカラーが流行の兆し。特にイチお のが、ホワイトベージュやピンク、グレーの色。大人フェミニンを演出できます！

淡いトーンのカラーリングは
幅広いコーデにヘビロテ確実



## Q 流行のフェミニンスタイルに合う靴は？

## Answer チュール＆レース素材がベストマッチ！

フェミニンなロマ系のコーデに合わせるなら、チュール＆レース素材をチョイス。
子どもっぽくならない品のいいデザインの靴がズラリ。デートにも活躍しそう♪



1グリッター×ハートチュールウエッジソールパンプス（9.5cm）7,245円／FLAG-J ハートプリントで気分もアガる！ 2リボンつき白×黒オープントウパンプス（8.5cm）11,800円／プールサイド渋谷109店 クラシックなモノトーンパンプス。3黒レース×ピンクパンプス（9cm）11,340円／カリストガ（サン・トロペ コーポレーション）ラグジュアリーなピンク地に黒のレース。4アイボリーバックリボンレースパンプス（8.5cm）18,900円／ストロベリーフィールズ（オギツ）洗練リュクスなサテンリボン。5イエロードット柄チュールパンプス（9.5cm）8,295円／pure soeur（イーボル）華やか度をUPするイエロー×チュール。6黒レース×クリアパンプス（9cm）21,000円／Lulu du Mii（エースコーポレーション）クリア素材で、黒レースを軽やかにシフト。

お嬢気分をリードする
フェミニン素材が気分

## Q 流行のスタッズ&スパンコール、春はどうなる?

# Answer エレガントに進化!

冬から人気のスタッズとスパンコール。春もトレンドは続行しそうです。春は女性らしい、エレガントなフォルムのデザインで登場!

大人レディをかなえるキラキラスパン&スタッズ



…パンプス(8.5cm) 17,850円(参考価格)/BODY DRESSIN…uxe(モーダ・クレア) スタッズの部分使い。2 シルバー…ージつきパンプス(8.5cm) 6,195円/Le Chione(JELLY B…) パーティーに使えそう! 3 スパンコール×2WAY…ージつきパンプス(7cm) 10,290円/モード・クラッセ(シ…) 華やかなホットピンクとコサージモチーフ。4 スタ…つきコルクヒールオープントウパンプス(10cm) 19,950…セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレー…ン) ヒールのスタッズ使いが今っぽい。5 リボン&ジ…ルつきゴールドパンプス(5.5cm) 16,800円/ストロベリ…ィールズ(オギツ) リッチなビジューで格上げ。6 ブリ…つきグレーサテンパンプス(8cm) 7,245円/vanitybeau…(…商事) プチサイズのスタッズが女のコらしい。

## Q 2wayパンプスを選ぶなら何?

# Answer デコラなレディモチーフ

続々登場中の2wayパンプス。BIGサイズなリボン&コサージモチーフが豊富です。つけているときと、はずしたときとの印象の差を楽しんで♥

お目立ちなレディモチーフが…



1 グリーンコサージつきサンダル(8.5cm) 19,950円/ピンキー&ダイアン(リーガルコーポレーション) フレッシュな印象の色使いが◎。2 ピンクリボンポインテッドトウパンプス(9cm) 22,050円/ピンキー&ダイアン(リーガルコーポレーション) ちょこっとスタッズがアクセントに。3 スパンコール&チュールリボンパンプス(9.5cm) 7,245円/pure soeur(イーボル) ドット柄で可愛らしさを加速。4 ベージュシフォンコサージつきウエッジソールオープントウパンプス(8cm) 16,800円/INDIVI(モーダ・クレア) コルクウエッジが春仕様。

## Q 買うべき春ブーツを教えて!

# Answer ショートウエスタンが断然オススメ!

定番化してきた春ブーツ。ファッショニスタがすでにチェックしているのはショートウエスタン。ブラウン、キャメルカラーをセレクト。

ロマンチックな旬スタイルにはきれいめウエスタンが狙い目



1 キャメルウエスタンインストームブーツ(10.5cm) 12,390円/ESPERANZA 渋谷109店 筒細フォルムが美脚効果をUP。2 ベージュショート丈ウエスタンブーツ(6.5cm) 5,985円/charmant渋谷109店 カジュアルな可愛さ。3 茶サイドスタッズつきブーツ(6.5cm) 14,800円/プールサイド渋谷109店 サイドのスタッズがおしゃれ。1月中旬発売。4 キャメルミドル丈ウエスタンブーツ(8cm) 13,650円/ヴィー・セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション) ボリューム感が今っぽい1足。

## Q この春ならではのトレンドは?

# Answer サンダルブーツが新定番に!

モード感のあるサンダルブーツがトレンドキーワードに急浮上。シックな色合いで、パンツスタイルにもGOOD。パンチングやジップなど、ロックな要素を盛り込んだアイテムが多数。



クールにもレディにも決まる
パンチのあるデザインに拍手

1 グレージップブーティ(9.5cm) 5,985円/BOniTA渋谷109-②店 モードな演出のジップ使い。 2 グレーフリンジレースアップブーティ(10.5cm) 6,930円/charmant渋谷109店 プリミティブな雰囲気のフリンジ。 3 白パンチングブーティ(9cm) 9,345円/BABY PURE(イーボル) 軽やかな印象をプラスするパンチング。 4 ベージュアンクルベルトブーティ(9.5cm) 8,295円/R&E渋谷109店 大人っぽいベージュとベルトの装飾。

## Q この春のアニマル柄は何がおすすめ?

# Answer パイソン柄がイチおし!

足元スパイスに欠かせない定番のアニマル柄。春は断然、パイソン柄が気分です。コーデのアクセントにもなり、きちんとスタイルにもマッチする優秀デザイン。

大人セレクトなパイソンなら
いろんなシーンで活躍!



1 ピンクパイソンパンプス(7.5cm) 18,690円/アンタイトル(オギツ) ピンクもパイソン柄なら大人顔。 2 ベージュ×茶パイソン柄パンプス(9.5cm) 18,690円/ダイアナロマーシュ(ダイアナ 原宿店) パイピングがおしゃれな1足。 3 茶パイソンオープントウパンプス(7cm) 12,390円/モード・クラッセ(シンエイ) ヌケ感が軽快な雰囲気をON。 4 ブルーパイソンオープントウパンプス(8cm) 18,900円/ルージュルー(メゾンルージュ) 個性派なブルーカラーがインパクト大。

## Q フラットシューズ、今季の流行

# Answer キラキラビジューの バレエシューズ

リッチなビジューつきのバレエシューズがバリエ豊富! 1足はゲ
ットしておきたいアイテムの1つです。ぺたんこでもカジュアルに
なりすぎず、フェミニンスタイルにもベストマッチ。

ドレスアップなぺたんこ靴で
ガーリー気分をUP!



1 ゴールド×ジュエルリボンフラットシューズ(1cm) 6,195円/ twink twink(三鈴商事) インソールの
柄がキュート♪ 2 グリーン×ジュエルフリルフラットシューズ(1cm) 10,800円/プールサイド渋谷10
インパクトのあるグリーン。2月上旬発売。 3 白×ジュエルフラットシューズ(2cm) 13,440円/ジュレ(オ
愛されモードなホワイトが乙女心にHIT。 4 ピンクリボンフラットシューズ(2cm) 14,490円/バニラエッ
(オギツ) 女のコ度急上昇なリボン×ピンク。 5 黒グリッター×ジュエルリボンフラットシューズ(2cm) 1
円/ MK ミッシェル クラン(モーダ・クレア) マルチカラーなビジューが遊び心満点。

## Q グラディエーターは引き続きブームなの

# Answer カラフル&シンプルデザインが主流に

2009年に大HITを飛ばしたグラディエーター。今季も
して続々とリリース中。春らしいカラフルカラーで、
らしくシンプルなデザインなのがポイント。



進化版グラディエーターで
いつもコーデを激変!

1 ブルー×グレーグラディエーターサンダル(8.5cm) 19,425円/ヴィー・セヴン・トゥエルヴ・サーティ(サン・トロペ コーポレーション) さわやかな印象をプラス。 2 パープル×グリーン×ベージュグラディエーターサンダル(7.5cm) 16,800円/ビバ・アンジェリーナ(シンエイ) 夏までヘビロテできそうなクリアウエッジ。 3 マルチカラーグラディエーターサンダル(9cm) 16,800円/NINE WEST(ジー・アール・アイ・ジャパン) ビタミンカラーが春らしい。 4 ピンクサテンリボンサンダル(11.5cm) 12,075円/カリストガ(サン・トロペ コーポレーション) ピンクサテンが可愛らしい。


ココロも満タンに
コスモ石油
ラジオ、パソコン、ポッドキャストで聴ける
コスモ石油のネットプログラム
Cosmo Discovery Earth
コスモディスカバリー
検索
エールフランスで行く「ヨーロッパの旅」プレゼント！
「コスモディスカバリーアース」を
お聴きの上、ご応募ください。
詳しくは、番組ウェブサイトまで。
AIRFRANCE
19page.com

# 地球の姿が聴こえてくる。

フロリダ半島の南端に広がる「エバーグレーズ国立公園」。
日本の四国の1.5倍もの広さを誇る豊かな湿地帯に、たくさんの生き物が生息しています。
この場所が、アメリカの国立公園として認められたのは1947年のこと。
また1979年には、世界遺産にも登録されました。
ところが、50年代頃からはじまった開発がますます進み、
湿地のおよそ半分が農地や住宅に変わってしまったのです。
その結果、環境は破壊され、たとえばそれまで20万羽いた「シロトキ」は10分の1に減少。
またゴミ焼却の影響で、水銀の汚染も明らかになっています。
この状況を見て、ユネスコは1993年に「危機遺産」に指定。
市民の間でも、豊かな自然を取り戻そうという動きが起きてきたのです。
水路を埋め立てて、農地をもとの湿原に戻そうという壮大な計画。
しかし努力が実り、なんと2007年には、
「危機遺産リスト」からその名前が消えました。
人間の力で環境を取り戻しはじめたアメリカの「エバーグレーズ国立公園」。
小さな努力も無駄にならない、そんな勇気をもらえるのではないでしょうか?




**コスモディスカバリーアース**　2008年9月第1週 ラジオ番組オンエアー

# 魅惑のBath Time（バスタイム）

バスタイム＝愛でられボディ磨き時間。
だから手を抜いてなんていられないっ！






## 1 Relax

バスタイムの醍醐味は、なんといってもリラックス♥ 大好きな香りに包まれながらバスタブに身をゆだねるひとときの至福さといったら！ 疲れも吹っ飛んで、キレイを磨くためのモチベーションも急上昇☆

## 2 Detox

湯船で体を温め、汗をかくことで、キレイの大敵＝むくみの原因となる毒素や体内の余計な水分をドバッと排出できちゃうバスタイムは、絶好のデトックスチャンス！ 入浴後は、体が驚くほど軽く♪






## 3 Beauty

一日の汚れを浄化し、よりキレイな自分へと磨き上げることがバスタイムの最大の目的。角質オフしたり、マッサージにいそしんだり、ありのままの自分と向き合えるから、気になるパーツを思う存分ケアできる！

1. 映画『ホリデー』より。キャメロン・ディアスもバスタブで一日の疲れをリセット？
2. 人魚だって、もこもこのバブルバスに身をゆだねるひとときはこんな満面の笑顔です♥
3. 恋バナでつい長電話。いつの時代も女のコのバスタイムの定番は変わらないみたい(笑)。
4. 見て！ このビッグスマイル。往年の大女優、ドリス・デイもやっぱりお風呂が大好き？
5. シエナ・ミラーとキーラ・ナイトレイ、人気女優共演の『The Edge of Love』のひとコマ。

撮影／河野望（静物）
イラスト／三好雅美
取材・文／石橋里奈
画像提供／TANK
●取材店リストは254ページにあります。

青山リッチーズに聞きました

# あなたにとってバスタイムとは……？





## “新しい1日へのスイッチ！”

夜＆朝、W風呂派の私。仕事柄、睡眠不足でつらい日も多いけれど、バスルームに入った瞬間、「またがんばろう」という“スイッチ”が自然と入るから不思議です(笑)。

**樋口かほりさん　スタイリスト**



## “リセット。”

気持ちをリセットしてくれる大切な時間。体を浄化できるのはもちろん、バスタブでスケジュールを思い出しながら頭の中を整理することで、今日をはじめる準備ができるんです。

**永田杏奈さん　SABON Japan PR**



## “ごほうびと助走”

仕事にプライベートにがんばってる自分へのごほうびであり、キレイになるためのことだけを考える美への助走タイムでもあるかな。お風呂への投資額はファッション以上かも！

**上津原由貴奈さん　beberoseディレクター**



## “ビューティーアミューズメント”

土岐田家のバスタイムは、ママ＆妹とのガールズトークで大盛り上がり♪　思いっきり楽しみながらキレイを磨けるこの時間が、待ち遠しくてたまらないんです♥

**土岐田麻美さん　ネイリスト**



## “キレイを育むゆりかご♥”

いい香りに包まれながらバスタブにつかると、まるでゆりかごに揺られているみたいに心の底からリラックスできるんです。美の大敵・ストレスからもあっという間に解放されます。

**小嵜幸恵さん　Ravijourプレス**



## “美の扉を開くどこでもドア(笑)”

バスタイムを終えて、バスルームの扉を開けた瞬間、頭から爪先までキレイな自分に変身しているから、お風呂から上がるたび、美への“どこでもドア”をくぐった気分になるの。

**佐藤優里亜さん　DEARA & Gabrielプレス**

# キレイな人のバスタイムが知りたい！ 青山リッチーズ

“バスタイムを制する者はキレイを制す”とまでいわれる通り、美人はお風呂に命がけ！　そこで今回は、美のスペシャリスト・青山リッチーズの魅惑のバスタイムに潜入。キレイを作る隠しテクが満載でした！

# ルームテク見せてください♡



のバスルームテクを特別公開！ バッチリ盗んで、バスタイムに早速とり入れちゃいましょ♪

## お風呂タイムは楽しくなくちゃ！



### 土岐田麻美さん

ネイリスト

**おしゃべりして、温まって、自分磨きも♥最高に楽しい時間です**

*Bathing Data*

いつ 夜寝る前
時間 2時間
温度 41～42℃
こだわり 女家族と一緒に♪

バスタイムは私にとって楽しくキレイを狙える時間。しょっちゅうママや妹と一緒にバスタブにつかりながらおしゃべりしています。疲れやストレスが一気にとれるし、トークに夢中になっているうちに体を芯から温められるから、美の天敵・冷えを解消できるの。何ごとも楽しくないと続かないですよね♪

お風呂 de ハンドマッサージ
湯上がりケアも欠かしません



**ネイリストの命！ハンドマッサージはバスタブで♪**
バスタブの中で、手のひらを反対の手の親指で押し、マッサージ。お風呂から上がったら、すかさずハンドクリームを塗り、その上からグローブをして就寝。翌朝はツルすべの手に！

から〉ネイルテック 7days サロンサービスセット 6,300円／TATイリーのハンドクリームと週1で使いたいパックのセット。エリコネル ハンドケアグローブ EG-1 840円／ムラキ 保湿グローブ。

3人で一緒に入っちゃうくらい
仲がいい
家族です



**ガールズトーク@Bathが私のストレス解消術♥**
土岐田家のバスルームは約1.5坪。バスタブも直径140cmあるので、ママと妹と3人で入ってもゆったり♥ かわりばんこで体を洗ったりバスタブにつかったりしています。

## キレイに向かってフルスロットル



### 上津原由貴奈さん

beberoseディレクター

**週末のバスルームはプライベートエステ♥メニューも大充実です**

*Bathing Data*

いつ 夜
時間 平日は15分、週末は45分
温度 40℃
こだわり 入浴剤はぜいたくに♥

平日はシャワーでササッとなんてこともある分、週末は時間をかけるのが私流。大好きなローズの香りの入浴剤をまるごと1本入れ、ラップでスチームパックしたり、浴槽内の出っ張りを利用した平行棒で体を引き締めたりと、大忙しです。この時間が、美への意識をさらに高めてくれますね。

肌が弱いのでアロエローションを
ベースにしています

**アフターバスのボディ保湿は肌をいたわる2ステップで**



アトピー持ちの敏感肌なので、湯上がりはまずアロエローションで肌調子を整えてから、好きな香りのボディクリームを重ねます。この2ステップだと肌トラブルが起きにくいんです！

〈右〉クロエ パフューム ボディクリーム 150mℓ 9,975円／コティ・プレステージ・ジャパン 優美な香りのトリコ。〈左〉モイスチャーアストリン 155mℓ 813円／ウテナ 肌にやさしいアロエローション。

ローズの入浴剤を
まるごと1本投入する
うっとリッチ風呂



SHIGETA バスソルト ローズダイブ 235g 2,625円／SHIGETA JAPAN 本来はキャップ3～4杯が適量。

*Private Shot*

愛犬ティーダを
誘うことも♪



ひとしきりケアが終わったら、ティーダ(♂4才)と語らいながら半身浴。私の話に黙ってつき合ってくれる、可愛いやつなんです(笑)。

## リラックス空間を香りで演出



### 永田杏奈さん

SABON Japan PR

**カスタムブレンドの芳香浴とスキャルプケアで前日のコリをオフ♥**

*Bathing Data*

いつ 朝
時間 平日30分、週末40分
温度 42℃
こだわり Myレシピの入浴剤♥

朝目覚めたら、まずは入浴剤を調合。その日の気分にピッタリの香りがするバスタブにつかりながらスキャルプマッサージをするのが、私の朝をはじめる儀式です。頭皮への刺激には、全身の血行をよくするのと同時に、香りとの相乗効果で自律神経を整える効果が！心と体が一度にほぐせて、一石二鳥です。

*My Favorite*

**フローラルムスクの香りに癒されるんです♥**
香りはもちろん、洗うたびにコシが出る実力派。トリートメント後、シャワーキャップをかぶって美髪成分の浸透を促します。



〈右から〉ヘアグランス シャンプー 600mℓ、同 トリートメント 600g 各1,600円／ワールドインサイト 毛髪の80%以上を構成するコルテックスを集中ケア。

シャンプー前は毎日、スクラブで
スキャルプケアをしています♥

**バスタブに入ったまま指の関節を使って頭皮をぐりぐり**
手をグーにしたら、指の第2関節の部分を頭皮にあて、頭皮を絞り出すようにもみほぐします。頭のコリをとることは、顔のリフトアップや血行促進など、いいことづくし。塩スクラブを使うとスムーズです。





美禅 ロイヤルスパ〈ロイヤルゼリーソルト〉600g 5,800円／セイヴィア 細かな塩で頭皮なじみ◎。



SABON ボディ スクラブ レモンミント 500mℓ 5,000円／SABON Japan 爽快な香りが朝向き。

入浴剤＝キレイのスパイス！
カクテルレシピは
100以上!?



**入浴剤のレシピの多さはバーテン級(笑)**
さわやかに朝を迎えたいとか、とにかく汗を出したいとか、用途によって入浴剤をアレンジするうちに、数えきれないほどのレシピが生まれてしまったの！

SABON マッサージオイル 100mℓ 3,000円／SABON Japan イランイランのオイルは、調合のスタメン♥何にでも数滴たらすと◎。

**乾燥が気になる日はピンクのエモリカ**
エモリカ 蜜肌 美容入浴液 グレースアロマ 450mℓ オープン価格／花王 入浴中から肌がうるおうのを実感。

**疲れがたまっているときはコレ**
ぬちまーす 111g 525円／ぬちまーす 100%沖縄の海水でできたミネラルたっぷりの海塩が、体を軽快に。

**体が重いなと感じたときに投入**
SONO 快汗美浴 210g 3,150円／ソウノ ヒマラヤ岩塩×トウガラシの強力タッグが発汗性を高めてくれる。

**デート日の朝はローズの姫風呂に♥**
SABON バスソルト ローズ 250mℓ 2,300円／SABON Japan バスタブに花びらが浮かんでロマンチック！

*Private Shot*

お風呂上がりも
おしゃれを重視



お風呂上がりは、お気に入りのバスローブをまとって、ボディクリームを塗りながらマッサージをするのを日課にしています。



Velnicaと
TOCCOに夢中



ずっとハマっているのが、Velnica(上・下)とTOCCO(中)のバスローブ。どっちも、着るだけで女子度が上がる気がするんです。

フードつきバスローブ 17,850円／Velnica Room パイル素材が汗を吸収。素肌に気持ちいい！

# お風呂なくして美人なし!! 美ボディ養成バス

美容賢者としてもすっかりおなじみ♥ 青山リッチーズのメンバーが、美ボディ

## 浄化入浴の匠発見!



### 小嵜幸恵さん

Ravijourプレス

### むくみもストレスも! 嫌なものはバスタイムでキレイさっぱり浄化☆

*Bathing Data*

| | |
|---|---|
| いつ | 夜 |
| 時間 | 1時間 |
| 温度 | 42℃ |
| こだわり | アロマキャンドル♥ |

仕事柄、タイムスケジュールに追われがちな私にとって、バスタイムは唯一"無"になれる時間。心のストレスと一緒に体にたまった疲れや老廃物も出しきって、すがすがしい気持ちで1日を締めくくることにしています。案外、バスタイムも大忙しになっちゃうんですけど、美のためですから(笑)。

**1 まずは洗うことからバスタイムを開始!**

うちはユニットバスなので、まず最初に髪と体を洗うのがルール。汚れをサッパリ落として体を浄化したところで、バスタブにお湯をはり、心の浄化タイムへとスライド。

**2 バスタブにお湯をはる間全身をコロコロ〜♪**

お湯がたまるまでの間は、絶好のボディケアタイム! むくみやすい脚や二の腕をローラーでスッキリさせていきます。体がポカポカするから、お湯がたまらないうちも寒さ知らず♪

**3 お気に入りの香りをたき心ゆくまでリラックス♥**

胸の下くらいまでお湯がたまったら、ようやく至福の半身浴タイムに突入。アロマキャンドルの素敵な香りに包まれながら、30分くらい、読書したりボーッとして過ごします。

ホーム キャンドル ホワイト ジャスミン&ミント 200g 8,925円/ジョー マローン 屋外を思わせるさわやかなフローラルの香り。

〈上から〉ボディクリップ ピンク(限定色) 1,575円/エレス(PLAZA ルミネエスト新宿店) セルライトにアタック。精油 レモングラス 3mℓ 630円/生活の木 消毒作用のある香りを数滴たらして健康面もケア。

ローズ大好き♥ 〈右から〉カンタベリーローズ シャワー&バスジェル 250mℓ 1,890円/三和トレーディング ゴールド ローズ ローション 235mℓ 1,260円/エム・オー・シー(PLAZA ルミネエスト新宿店)

## 元・カリスマサロモの美髪テクはスゴイ!



### 佐藤優里亜さん

DEARA&Gabrielプレス

### サロン直伝のヘアトリートメントでツヤ髪をキープ☆

*Bathing Data*

| | |
|---|---|
| いつ | 夜 |
| 時間 | 1時間 |
| 温度 | 41〜42℃ |
| こだわり | 濃密ヘアトリートメント |

半身浴やボディ磨きももちろん大切だけど、私のバスタイムはヘアケアがメイン。タイムテーブルも、ヘアトリートメントの浸透力を高める構成にしています。"髪は女の命"という言葉がある通り、どんなにおしゃれをしても、髪がパサパサだと女のコの魅力は半減しちゃう。そんなのもったいないですよね!

毎日の積み重ねが美髪のヒミツ

**1 シャンプー前は念入りにブラッシング**

事前に髪をよくとかすことで、洗浄成分が頭皮まで行き渡りやすくなります。シャンプーは、手で泡立ててから髪にのせるようにして。

**2 ターバン×エクサでトリートメントを浸透!**

シャンプー後、トリートメントをなじませたらターバンを巻いて浴槽へ。ウエストひねり×30回で代謝を上げ、髪への浸透率もUP。

**3 最後はコンディショナーで表面をコートして☆**

トリートメントを洗い流したら、髪の表面にコンディショナーを軽くなじませて、手早く洗い流す。ドライ後のツヤ髪を体感して。

*My Favorite*

**香りも仕上がりもお気に入りのヘアケア**

シャンプー後、トリートメントで髪の内側を補修し、最後にコンディショナーで表面をコーティングすると、コシのあるツヤ髪になるよ。

〈上から〉アフロートヘアトリートメント 250g、同 ヘアソープ 250mℓ 各2,625円/エターナル セクシーガール フレグランスヘアトリートメント 200g 1,050円/フィッツコーポレーション

*Private Shot*

お風呂の前後に りんご酢を一杯



夜の入浴後と朝のシャワー前には、必ずコップ一杯のりんご酢を飲みます。疲れがとれやすくなる上に体が柔軟になるんだって(笑)。

ひたすら癒しを求める夜は 暗闇でボーッと

*Night*

**40℃のお湯にただひたすら体をゆだねます**

お湯に30分つかることって、何時間分もの睡眠時間に匹敵する気がする! そのくらい体の疲れがとれるんです。極限まで疲れた日は、浴室を真っ暗にして癒しにとことん集中します。

山ほど集めている入浴剤。柑橘系が好き。〈右から〉ライトリーベ 分包入浴剤 グレープフルーツ 20g 241円/大山(PLAZA ルミネエスト新宿店) アムールローズ ピンクソルトバス 45g 399円/シアン 温め美人 バスソルト 50g 273円/フィッツコーポレーション

朝は洗いに徹します! ホイップ泡で全身洗い

*Morning*

**固形ソープを思い切り泡立てやさしく洗います**

ゴシゴシ洗いすぎると、うるおいをキープするのに必要な角質がはがれて肌が乾燥すると聞いてから、ホイップ状の泡で手洗いするように。背中だけうぶ毛とりのタオルで少し念入りに。

子供の頃から固形ソープ派。〈右から〉シアソープ ミルク 100g 735円 乾燥が気になる日に。ボンメールソープ ワイルドローズ 125g 630円/ともにロクシタン ジャポン パーティーやデート前はレディな気分でボディウォッシュ。

## メリハリ入浴の達人♥



### 樋口かほりさん

スタイリスト

### バスタイムは1日2回! 夜は温め&リラックス 朝は洗いに徹します

*Bathing Data*

| | |
|---|---|
| いつ | 朝と夜の2回 |
| 時間 | それぞれ30分 |
| 温度 | 40℃ |
| こだわり | 背中ケア |

冷え性なので、どんなに疲れて帰ってきてもバスタブにつかることだけは欠かしたくないと思って編み出したのがメリハリ入浴。夜はお気に入りの入浴剤を入れた浴槽でひたすら体を芯から温め、髪や体を洗うのは朝のシャワー時に。睡眠が深くなったり、朝を元気にはじめられたりと、メリットもいっぱい!

*My Favorite*

スキャルプマッサージしながらシャンプー♪

エリコネイル シャンプーブラシ 892円/ムラキ 皮脂をキレイに落としながら頭皮を適度に刺激。ネイルが傷まないのもうれしい。

背中までぬかりなくキレイが乙女のたしなみ

ケナッシー 除毛ロングシート 714円/パイソン 背中のうぶ毛をやさしくオフ。キレイな背中でドレスアップ姿の美しさを底上げ。




























# を演出する"相棒"アイテムたち♥

青山リッチーズが密かにハマるお風呂の"相棒"を公開。バスタイムのテンションアップ間違いなしのグッドルッキングアイテムばかり!

## F LOVEな音楽と香りで自分だけの空間を演出♥

フローラルの香りに包まれながら安室ちゃんの曲を聴く時間は私の宝物。〈右から〉FMラジオつき防水スピーカー ホワイト オープン価格／ツインバード工業シャンピュア ソイワックス キャンドル 3,990円／アヴェダ

## G ボディウォッシュも香りを重視したいのが乙女心

2つの香りをその日の気分で使い分け。〈右から〉ガミラシークレット ゼラニウム 約115g 3,465円／シービック 甘いフローラル。ボディウォッシュ クレオパトラ 325㎖ 5,162円／トッカ ストア 青山店 さわやかな柑橘系。

## H ピンクのアイテムって無条件に心がときめきます

店頭でひと目ボレ♥ 〈右から〉フラワーラップターバン 1,890円／オーミケンシ お風呂上がりの髪を可愛くアップ。Cherish Cotton Bouquet～花束綿棒～ 100本 398円／Gunpowder Inc. ケアする手が弾む♪

## D リッチな入浴剤はがんばった自分へのごほうび

時間に余裕のある日は、大好きな柑橘系の香りを心ゆくまで堪能します。〈右から〉シトラス バスミルク 200㎖ 2,730円／ヴェレダ・ジャパン 温浴効果でリンパの流れがスムーズに。SHIGETA バスソルト ライトアップ 235g 2,625円／SHIGETA JAPAN エッセンシャルオイルと死海の塩との相乗効果で芯からリフレッシュ!

## E 香りのバリエを広げるとリラックスの幅も広がるの

今の仕事を始めてから香りに敏感に。自分だけの香りをブレンドして作るのが楽しくって! 〈右から〉エッセンシャルオイル オレンジ 3,465円、同 レモン 3,255円、同 グレープフルーツ 4,200円／以上ジュリーク ブレンドエッセンシャルオイル イノセント・ピュリティー 15㎖ 6,300円、同 スウィート・ドリーム 15㎖ 5,250円／ともにSHIGETA JAPAN アロマティックエクストラクト ジンジャー、同 ラベンダー 各30㎖ 各1,500円／SABON Japan

## A バスルームに飾るだけでウキウキしちゃう可愛さ

PLAZAで見つけたボディ用スポンジは、体を洗うのがもったいないくらいのキュートさ。見てるだけで癒されます。〈右から〉シープバススポンジ 609円、WASH ME バススポンジ 630円／ともにPLAZA ルミネエスト新宿店

## B 時間を忘れて汗をかける半身浴のパートナー!

ビエラ・ワンセグ ポータブルワンセグテレビ SV-ME750 オープン価格／パナソニック ひとりでお風呂に入る日は、コレでドラマ鑑賞しながら半身浴。時間があっという間にたつし、汗もたっぷりかけるの。

## C オーガニックコットンのやさしい肌ざわりにトリコ♥

オーガニックコットン バスミトン ホワイト 20×14㎝ 630円／マークスアンドウェブ 肌をやさしく洗いあげてくれるオーガニックコットンのミトンは、毎晩体を洗うのが楽しみになるほどソフトな肌触り。













# for Beauty

**〜キレイのための絶対アイテム〜**

一昨日より、昨日より、今日はもっと!!
キレイになりたい女のコの欲望を叶えるために
欠かせないアイテムがこんなにあるなんて！













# Happy Bath Time

## N 見つけた瞬間大人買い♥ 残り香でレディ度もUP！

パッケージも香りも女のコのツボ♥〈上から〉MOR エンポリアム ソープバー インディアンポメロ、同 ファンドゥスィエクル、同 ハイビスカスブルーム 各200g 各2,100円／グローバル プロダクト プランニング

## O 頭皮への負担を緩和する 木製のスタイリングブラシ

パドル ブラシ 2,520円／アヴェダ シャンプー前のブラッシングに欠かせないのがこのブラシ。先端を頭皮にあてて、クッション部分の空気を抜くようにすると、お手軽にヘッドマッサージが楽しめるところもお気に入り。

## P ビューティードリンクで 新しい一日に乾杯♪

インプルーブメントブース アンチエイジングカクテル 720mℓ 15,750円／アルス・カンパニー 朝、バスタイム前に必ず飲むドリンク。コラーゲンや酵素など、体を内側からキレイにしてくれる成分をたっぷり凝縮。

## L モチ肌を連れてくる！ アフターバスのスキンケア

一気に乾燥が加速するお風呂上がりの肌は、素早い保湿がマスト。イオンスチームを顔にあてながら、この日本酒化粧水を浸透させると、肌が奥までうるおうのを実感でき、やみつきです。〈右から〉純米清酒 美肌 300mℓ 420円／北川本家 お米を良質な地下水で醸造した肌が喜ぶ日本酒。イオンスチーマー ナノケア EH-SA91オープン価格／パナソニック 温冷ケアもできる。

## M 角質ケアだって 癒されながらじゃなくちゃ

肌のザラつきが気になるときは、体を洗ったあと、スクラブでやさしく磨き上げます。〈右から〉ボディ エクスフォリエイティング ジェル 300mℓ 7,665円／ジュリーク くるみ殻粒入りのゴマージュ。軽くマッサージするだけで角質をオフ。ボディ スクラブ パチュリラベンダーバニラ 500mℓ 5,000円／SABON Japan オイル入りのバスソルトは、仕上がりのスベスベ感に感動！

## I バスタブの中で読むと キレイへの向上心が急上昇

リトル シークレット(平子理沙著／講談社刊)／小嵜さん私物 私の憧れ♥ 平子理沙さんのキレイの秘密がぎっしり詰まったビューティー本。バスタイムをとり上げたページは、ダイレクトに参考にしています！

## J まるでジュースみたいに ゴクゴク飲めちゃう！

りんごの酢 300mℓ 483円／私市醸造 レトロなパッケージにひかれてジャケ買いしたりんご酢。ジューシーなのどごしでクセがないから、お酢は苦手という方にもぜひトライしてみてほしいな。肌もキレイになるよ。

## K カーヴィーなボディは この2つでセルフメイク

バストクリームとスリミングジェルで女性らしい凹凸ボディに。〈右から〉ワンダーボム ビークリーム テンプテーション 150g 3,990円／シアン 美 トリートメント ビューティー ボディ 180g 2,940円／セイヴィア


レオパード柄をレディに着こなすのが今年流。
レオパードロングカーディ ¥5,980(税込)
タイトシルエットティアードスカート ¥6,195(税込)
チェーンラリエットネックレス ¥3,360(税込)
フード付きボアダイヤキルティングJK ¥7,900(税込)
ふわり柔らかくしゅネックカットソー ¥2,940(税込)
ボーイフレンドデニム ¥3,759(税込)
ノルディック柄耳あて付きニット帽 ¥1,580(税込)
ノルディック柄手袋 ¥1,580(税込)
ラインストーン付きニットワンピ ¥5,980(税込)
レオパード柄ふんわり暖かストール ¥2,980(税込)
リボン付きスエード美脚2wayブーツ ¥12,800(税込)
肩元タックパフスリーブシンプルワンピース ¥5,145(税込)
ふわり柔らかくしゅネックカットソー ¥2,940(税込)
オーバルデザインサッシュベルト ¥4,800(税込)
トレンカタイツレギンス ¥580(税込)
ぷち衿ボアダイヤキルティングJK ¥7,900(税込)
レオパード柄ふんわり暖かストール ¥2,980(税込)
リアルラビットファー耳あて ¥1,580(税込)
ジャストフィット美ラインカットソー ¥2,980(税込)
楽ちんカラーデニパン ¥5,900(税込)
Molto モルト ¥6,900(税込)
モッズジャケット ¥9,800(税込)
アシンメトリーレイヤードカットソー ¥2,980(税込)
ジャストフィット美ラインカットソー ¥2,980(税込)
BettySmithルーズストレート ¥11,800(税込)
日本製長袖ロングカーディ ¥5,145(税込)
くしゅネックタートルニットソー ¥4,900(税込)
日本製ふんわり～プリーツスカート ¥9,800(税込)
ラクーンファー付きAラインダウンロングコート ¥19,800(税込)
タイツ ¥1,000(税込)
ワンピース
ジャストフィット美ラインカットソー
フェイクファーロシア帽
レオパード柄ふんわり暖かストール
タイツ
ふわり柔らかくしゅネックカットソー
2WAYポケット付きカーディガン
ハートレオパードネックレス
アニマル柄スタッズベルト
楽ちんカラーデニパン
Brilliant Peace『今から買うならコレ!』
冬の大人可愛いスタイル
PR
洋服・小物
なでしこ
0794-64-6525
http://www.rakuten.ne.jp/gold/nadesiko/
株式会社きよたにや 兵庫県小野市本町1丁目206-3
ゆるカジカットソー ¥2,940(税込)
楽ちんカラーデニパン ¥5,900(税込)
リボン付きラビットファーふんわりニット帽 ¥3,900(税込)
ふわり柔らかくしゅネックカットソー ¥2,940(税込)
ドレープトッパーカーデ ¥7,900(税込)
オーバルデザインサッシュベルト ¥4,800(税込)
日本製ティアード美ラインスカート ¥6,195(税込)
ゆるカジカットソー ¥2,940(税込)
楽ちんカラーデニパン ¥5,900(税込)
チェーンラリエットネックレス ¥3,360(税込)
キラリハートカチューシャ ¥1,980(税込)
キルティングAラインコート ¥9,800(税込)
フェイクファーナイロンJK ¥9,800(税込)
ウエストベルトナイロンコート ¥9,800(税込)
ロングニットカーデ ¥4,900(税込)
タイ付きロングチュニック ¥4,900(税込)
ドルマンスリーブニット ¥4,800(税込)
ノースリーブチュニックワンピ ¥4,900(税込)
フレンチスリーブチュニックワンピ ¥4,900(税込)
キルティングナイロンJK ¥9,800(税込)
19page.com

ヴィジュアルプリンセス❤なコスメたち

# 今月の Cinderella Cosme

シンデレラコスメ

February 2010

撮影／金子吉輝(DUCK TAIL)
スタイリング／大島有華



## 1月8日限定発売 1 PAUL & JOE ポール&ジョー



### 新コスメで愛され春フェイスを完成

どちらも見る角度によってパールの輝きが微妙に変化。限定のキュートなパッケージは、使うたびに気分もUPしそう。〈上から〉グロス ラッカー CS 全3種 各3,465円 植物の天然美容成分配合で、唇にうるおいをオン。フェイス&アイ カラー CS 全3種 各2,730円 透明感の高いシアーな輝きを演出。

**ポール&ジョー ボーテ ☎0120・766・996**



## 発売中 2 NUDY AURA ヌーディオーラ




### 6つの高級保湿成分が叶えるうるおい髪&ボディ

高い保湿力が人気のヌーディオーラの新バスアイテム。〈右から〉ヘアトリートメントクリーム フォーナイト 125g 2,415円 眠っている間にダメージ髪を保湿・補修し、輝きとうるおいのあるヘアに。ジェントルピュア キャスティールソープ 100g 1,680円 水をはじくようなもっちり肌を実現。

**SUN TEC**
**☎03・5787・7588**

## 発売中 3 MOR モア



### 魅惑的な香りで女っぷりを格上げ

官能的で優美な香りが人気のボディケアシリーズ、"エンポリアム"に6種の新フレグランスが仲間入り。写真は花々と果実の香りにほのかなムスクをブレンドしたハイビスカスブルーム。華やかな女性らしい香り。〈右から〉エンポリアム ソープバー 200g 2,100円、同ボディバター 150㎖ 4,200円 ともに全6種。

**グローバル プロダクト プランニング**
**☎03・3770・6170**

## 発売中 4 MURUA ムルーア




### ドキッとさせちゃう魅惑のボディミスト

フェロモンがかなり出るという噂のボディミスト。官能的でラグジュアリーな香りが、オーデコロンのように一日中持続します。また、しっかり保湿するのにべたつかないのも魅力的。ディープアメジストとガーネットベリーの2種から選んで。ルームフレグランスとして使っても♪ BODY MIST 全2種 各2,415円

**MURUA☎03・5447・6543**

## 発売中 5 JILL STUART ジルスチュアート



### 優雅で心地いい気分を演出するキャンドル

キレイな女性をめざすなら、心の余裕も必要。ジルのアロマキャンドルは、ホワイトフローラルブーケとリリーの上品でイノセントな香りが広がり、ぜいたくなくつろぎタイムを叶えます。ゆらめく炎がロマンティックで、うっとり幸せ気分に。プレゼントにも最適。アロマキャンドル(トゥルー リリー) 250g 5,250円

**ジルスチュアート ビューティ**
**☎03・3279・1631**

えてくれたのは



小林ひろ美さん

・ファイン研究所」を主宰
美容研究家。誰でも簡単にト
イできる独自の美容術が大
。「ねてるまエステ」（泰文堂
毛穴美人のススメ」（ワニブ
ス）など著書も多数。

カーディガン 6,195円、スパ
コールニットタンク 7,245円、
キャミワンピ 3,045円／以上
YAL PARTY



Loved Skin Recipe

- 自然な血色感とツヤ感がある
- 毛穴が見えない
- もっちりとした弾力感がある
- 肌表面がサラッとしている
- キメがキレイな三角形をしている

カサカサシーズンを乗り切る！

# 愛されぷるるん肌 Recipe

過酷な乾燥シーズンのどまん中。
カサカサに負けないためのお手入れ法は？
おすすめの保湿コスメって？
美肌のスペシャリスト・小林ひろ美さんに
聞いた、ぷる肌のためのレシピを大公開！

撮影／青柳理都子（人物）、河野望（静物）、長野奈々子（小林さん分）　ヘア＆メイク／木部明美（PEACE MONKEY）
スタイリング／大日方理子　モデル／泉里香　取材・文／石川麻理（tokiwa）

●取材店リストは254ページにあります。



Why?

## 肌が乾燥するメカニズムをクローズアップ！

# 冬枯れ肌

そもそも冬になると、肌がカサカサしちゃうのはなぜ？
真冬の"冬枯れ肌"の仕組みを知っておけば、ぷるるん肌にもっともっと
近づけるスキンケアができるはず。小林センセー、教えてください!!

## 冬枯れ肌メカニズム 1 湿度が下がる

**湿度が急激に下がる冬は肌の水分量も減少！**

冬は、気温が下がるとともに湿度もダウン。外気が乾燥している状態なので、どうしても肌の水分が奪われがち。うるおいをしっかり蓄えられる肌環境に整えておかないと、過酷な冬の峠は越えられません！



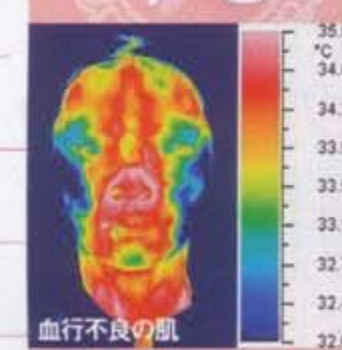

冬に入ると湿度が一気に下がり、乾燥シーズンが本格化。特に12～2月にかけては、肌の水分量も減少傾向に。資料提供／マックス ファクター

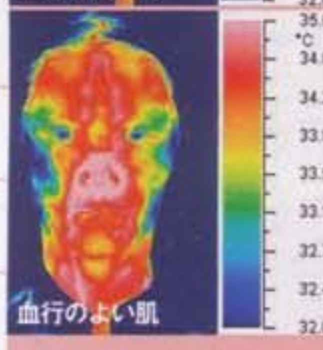


**うるおいを逃がさないスポンジケーキ肌をめざしましょう♥**

うるおい不足のコチコチ肌では冬は越せません。やわらかくて水分を蓄えられる、スポンジケーキのような肌が理想よ！

## 冬枯れ肌メカニズム 2 血行が悪くなる




血行不良の肌(上)と比べ、マッサージなどでお手入れしている肌(下)は、血行がよく肌の温度も全体的に高い。資料提供／ポーラ

**血液&リンパの流れの滞りはゴワゴワ肌の原因です！**

体が冷えると、肌も冷たくなり血行やリンパの流れが低下。代謝が乱れるためターンオーバーが滞り、健康な肌がスムーズに作られない悪循環に。こうなると、肌がゴワついて外から水分が入らない！



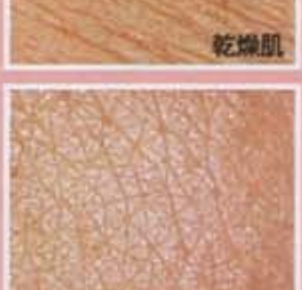

血行不良になると肌の内側から機能が低下。角質が肥厚して、肌本来の生まれ変わりが滞ってしまう。資料提供／マックスファクター

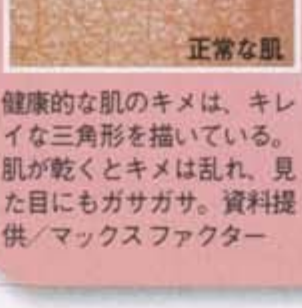


**血行UPには簡単&効果的なマッサージがおすすめ**

寒い冬はどうしても血行が滞りがち。スキンケアにマッサージを加えるだけでも、簡単に血行アップが狙えますよ。

## 冬枯れ肌メカニズム 3 乾燥でキメが乱れる




健康的な肌のキメは、キレイな三角形を描いている。肌が乾くとキメは乱れ、見た目にもガサガサ。資料提供／マックスファクター

**ぷる肌はキメが三角形 乱れると毛穴も目立っちゃう**

本来、肌のキメは碁盤の目のようにキレイに整列しているけれど、乾燥が進んで水分が奪われるとぺちゃんこに。肌表面がガサガサになり、キメとキメの間にある毛穴も大きく見えてしまう！



**乾燥毛穴にはうるおいが必要。さっぱりケアで終わらせないで！**

うるおいが十分な肌は、キメこまやかで毛穴レス。乾燥が原因の毛穴は、しっかり保湿をして引き締めるのが正解。



枯れ肌に
喝!

# デイリーケアに秘策あり! Recipe

冬枯れ肌に陥る前に
保湿のコツを総ざらい。
デイリーケアからオイルを
使ったスペシャルテクまで、
小林さんがレクチャー。

## Daily 1
3回に分けてていねいに入れ込む!

## ローション3度づけ

ローションを肌のすみずみまで浸透させるには、3度づけテクが必須。「洗顔して90秒後には肌の乾燥度がぐんと高まるため、顔を洗ったら1秒も早くローションを」(小林さん)





**1 ソフトタッチで"横づけ"**
500円玉ぐらいの量のローションを手にとり、両手に軽くなじませる。肌の上をやさしくすべらせるように、すすっと横づけして。



**2 わきを締め"垂直たたき"**
次は100円玉ほどのローションを、肌に対して垂直にトントンとたたきながらなじませる。わきを締めると自然と手が垂直に。



**3 手でこすり合わせて温める**
3度目は1円玉大のローションを使用。手のひらをすりすりとこすり合わせて温めると、少量でも肌に浸透しやすい状態に。



**4 ①②③④"プレスづけ"**
こすり合わせて温めたローションを、肌に密着させてハンドプレス。ほおは少しずつ手をずらして3回、最後に額とあごをプレス。




**5 乾燥する目元に"チョキづけ"**
指をチョキの形にして、目の両わきにも軽くタッチ。この部分は乾きやすい上、化粧水が行き届かないことが多いので忘れずに!



**6 "満タンチェック"で完了**
最後にしっかり浸透したかをチェック。指でほおをさわり、ひんやり&もっちりしていればOK。カサつく場合は2~4をもう1回。

Must Have!
### 低分子ローション



**すばやく&ぐんぐん入り込んでうるおすローションをチョイス**

1素肌生活 温泉化粧水 170mℓ 1,575円/フィッツコーポレーション 温泉水70%配合で保水力バツグン。サラサラ質感なのに、肌になじむとしっとり。2イドラライフ モイスチャー エッセンスローション 200mℓ 5,775円/パルファン・クリスチャン・ディオール 肌のすみずみまでうるおいを巡らせるパワフルな保湿力! 3インナーシグナル リジュブネイトローション(医薬部外品) 120mℓ 5,250円/大塚製薬 ぐんぐん浸透して、肌がふっくらもちもち♥ 透明度もアップ! 4ドゥーオーガニック エクストラクト ローション 120mℓ 4,620円/ジャパンオーガニック 肌に吸い込まれるようにすばやくなじみ、ヒタヒタの感触に。

## Daily 2
うるおいの層で乾燥毛穴をキュッ!

## ミルフィーユ保湿

いつもより肌の乾きが気になる、乾燥毛穴が目立つ……。そんなときはミルフィーユ保湿を!「乳液→化粧水の順でうるおいを重ねるのが決め手です」(小林さん)





**1 乳液で肌をゆるませる**
洗顔後、まずは乳液を塗布。最初につけることで、乾燥した肌がやわらかくほぐれ、あとに与えるうるおいが浸透しやすい状態に。



**2 ローションを"縦づけ"**
顔全体に乳液がなじんだら、次はローションの出番。手にたっぷりとり、肌に対して垂直になるようにパッティングを繰り返して。



**3 プレスして乳液を重ねる**
さらに乳液を重ねてオン。手のひらに少量とり、ゆるませてから全体になじませる。ハンドプレスするよう肌に密着させて。



**うるおいのふたをする**
仕上げにもう一度、乳液を肌全体になじませる。ミルフィーユのように重ねたうるおいの層に、しっかりふたをして完了です♥

Must Have!
### まろやかミルク

**こわばった肌をやわらか~くほぐしてうるおいをON**

バランシング エマルジョン 100mℓ 6,825円/THREE ランスよく配合された天然の植物油が、肌をしっとしなやかに整える。2ハーバルコンフォートミルク 0g 7,350円/イグニス コクのあるやわらかなつけ地。なじみがよく、使用後は肌がふっくら。3エクージュ モイスチュア ミルク II 200g 5,250円/アビオン 軽いタッチでするする浸透して、うるおいも充実。まろやかにとけ込む感触が気持ちいい♪



Must Have!
### 高保湿ローション

**乾燥毛穴もみずみずしく整える高保湿系がマストです!**

1キュレル 美白化粧水 III(医薬部外品) 140mℓ 2,415円(編集部調べ)/花王 ユーカリエキスがじっくり浸透して、うるおいに満ちたなめらか肌に。2イリューム モイスト キャプチャー エッセンス ウォーター 150mℓ 2,625円/マックス ファクター まるで美容液のようなリッチな保湿力! 3ザタイムリセット アクア(医薬部外品) 200mℓ 4,200円/イプサ 肌の奥までうるおいを送り込むから、内側からぷるるん♪



## Must Have! ミストローション

オイルをつける前に、ミストローションで肌を軽く湿らせて。オイルの浸透がよくなり、サラッとした状態でなじませられる。







### 霧状のうるおいを肌に均一にひと吹き

1モイスチュアライジング ミスト N 60g 2,310円／ポール＆ジョー ボーテ キメ細かな霧がふんわりと広がる。2フルーツ＆アロマミスト モイスチュア 60㎖ 2,310円／ジルスチュアート ビューティ ラベンダーとフルーツエキスをたっぷりイン。

## Must Have! 美容オイル

オイルを手のひらにとったら、両手でこすりながらほんのり温めると◎。肌へのなじみがより高まる！







### 肌すべりのいいなめらかタイプを！

1セブン フロー ハーブ サーキュレイト オイル 200㎖ 8,610円／美・ファイン研究所 植物の恵みを凝縮した、さわやかな香りのオイル。2スキンバランシング フェイスオイル 50㎖ 8,925円／ジュリーク 心地よくのび広がり、肌なじみも優秀。3カプチュール トータル コンセントレート オイル HN 15㎖ 15,750円／パルファン・クリスチャン・ディオール 上質なうるおいで肌を満たし、やわらかな手ざわりに。

*Special*

砂漠肌を一刻も早く救いたい！

# 血行アップマッサージ

美容オイルを使ったちょっぴりスペシャルなマッサージを伝授！「血流やリンパの流れを高めれば、化粧水などの浸透がアップ＆乾燥知らずな肌になれます」（小林さん）





### 1 くるくる"らせんマッサージ"

手のひらにオイルを1円玉大とり、顔全体に広げる。指の腹でらせんを描くようにマッサージ。内側から外側に向かってくるくる。



### 2 "ゴミポケット"をプッシュ

マッサージする際は、こめかみにあるゴミポケットを意識。くるくるらせんを描いたら、ギュッと押して老廃物をドバッと流して。



### 3 目まわりは"3回くるり"

親指をあごの内側に固定して軸を作り、中指で目のまわりをくるりとすべらせる。3周したら、目尻をプッシュして流す。



### 4 下→上で額を"縦のしのじ"

額は両手の指を全体的に使い、下から上に向かってマッサージ。額の横ジワをのばすような気持ちで手を動かすのがコツ。



### 5 "のの字ぐりぐり"

親指下のぷっくりとふくらんだ部分を、ほお骨の下にあてる。そのまま持ち上げるような感覚で、ゆっくり「のの字」を描く。



### 6 "ヤッホーマッサージ"

親指をあごの内側にセット。人さし指の側面をほうれい線に沿わせ、ぐいっと引き上げる。下を向いて行うとマッサージしやすくて◎。



### 7 "100たたき"で血流UP

額からあご下に向かって、指の腹でとんとんと軽くたたく。数字の3を描くよう意識して、3往復ぐらいさせるとちょうど100回！



### 8 ホットタオルで"温蒸し"

ほかほかに温めたタオルをあてて、30秒ほど肌を温蒸し状態に。最後に肌に残ったオイルをやさしくふきとってマッサージ終了。

## 思い立ったらすぐできる ぷる肌お作法

うるおいたっぷりの肌をずっとキープするためのプチテクをこっそり伝授。気づいたらすぐに実践できるテクばかり。さっそくトライしなきゃ♪

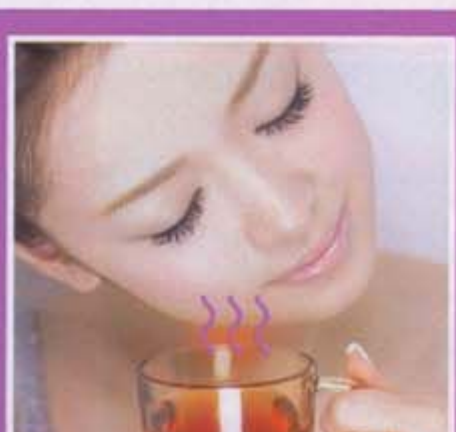


特別なアイテムなんていりませんよ！



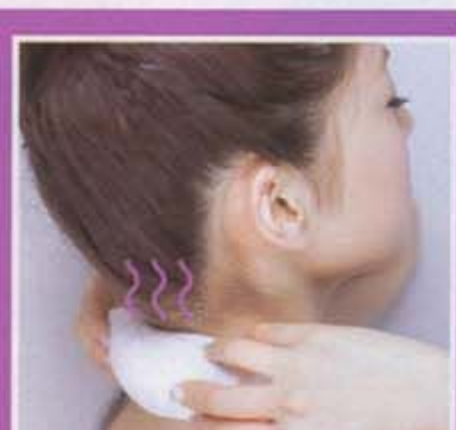
### "満タンチェック"

スキンケアのあとは必ず満タンチェック。指をほおにあて、ひんやりしていれば今日のお手入れは合格！ 自分の肌状態を常に知るために、習慣にして。



### "マグ蒸し"

ホットドリンクは飲む前にまずマグ蒸しを。たちのぼるほかほかの蒸気を肌にあてれば、乾燥部分も毛穴もしっとりスチーム。30秒ぐらいキープすればOK。



### "おしぼり蒸し"

カフェなどで温かいおしぼりをもらったその瞬間が狙い目。首や目のまわりなどにピタッと添えると温蒸し状態になり、寒いテラス席でも血流がスムーズに！



### "ツボぷるぷる"

指をカギ状に曲げてほお骨の下にあて、美顔器のようにぷるぷると震わせる。肌の緊張がほぐれ、血行も高めて、乾燥を寄せつけない肌にリーチ！

小林さん大鼓判！

# ぷるるん肌作りに効く♥コスメ

乾燥するシーズンでもぷるるん肌でいられるとっておきのコスメをご紹介。小林さん直伝のレシピも実践してみて！




### B.A
←ザ ミルク B.A（医薬部外品）80mℓ 21,000円／ポーラ　とろけるようになじみ、上質なやわ肌に！　使うほどに、内側からぷるんとはずむハリを実感。




### dプログラム
↑バランスケア エマルジョン Ⅱ（医薬部外品）100mℓ 3,990円／資生堂　カサカサ＆ベタつきの両方気になる不安定肌に、やさしいうるおいを。




### エスプリーク プレシャス
↓モイスチュアライザー M 140mℓ 3,675円（編集部調べ）／ボーテ ド コーセー　エモリエントオイルが肌をまろやかに包んでうるうるに♥

## コチコチ肌にミルクのやさしさ♥
# 乳液くるりんピーリング

乾燥で凝りかたまってしまった肌には、どんなに水分を与えても浸透しない！　乳液を使ったやさしいピーリングで、うるおいがぐんぐん入るスポンジケーキ肌にシフトしましょ♪




### イリューム
←モイスト キャプチャー エッセンス ミルク 80g 3,990円／マックス ファクター　するりと軽くなじみ、ベタつき知らず。乳液初心者ならまずはコレ！




### インプレス
↑エマルジョン Ⅱ（医薬部外品）100mℓ 12,600円／カネボウ化粧品　肌のすみずみまで水分と油分をチャージ。シルクのような、やわらかな肌ざわりへ。

*Recipe*



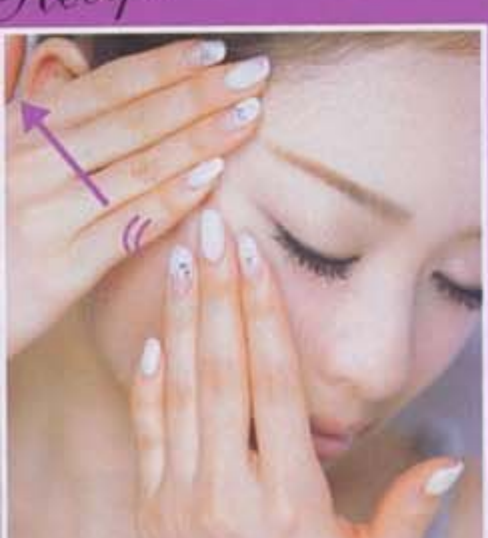
**ぽかぽかスチーム効果で肌がふにゃっとほぐれる**

熱めのお湯を入れた洗面器を用意。たちのぼる蒸気を顔にあて、たっぷりの乳液で肌をくるくる。最後に蒸しタオルでふきとって。

## たるみ毛穴はもとの位置にリセット！
# 毛穴美容液"縦づけ50たたき"！

ほおに横に広がる毛穴を見つけたら、それは乾燥が原因のたるみ毛穴かも！　毛穴美容液を投入して、うるおいを補いながらしっかり引き締めて。

*Recipe*



**下向き毛穴はもとの位置に戻してから美容液をON**

ほおに目立つ毛穴は、たるんで下を向きがち。片手でほおを引き上げて毛穴をもとの位置に戻し、美容液をトントンとたたき込んで。




### エリクシール シュペリエル
→レチノバイタル エッセンス（医薬部外品）80mℓ 7,140円（編集部調べ）／資生堂　レチノール配合のローション状美容液。ぷるっと押し返すハリ肌が即☆




### ファンケル
→ポア エッセンス 8g 1,260円／ファンケル　うるおいを与えながら、毛穴をキュッと引き締め。内側から肌がふっくら整うから、毛穴が目立たない！




### ディオール
→イドラクション ポア 20mℓ 6,300円／パルファン・クリスチャン・ディオール　海藻由来の成分が、気になる毛穴にアタック。ひんやりとした使い心地。




### DEW スペリア
→タイトケアエッセンスコンセントレート 25mℓ 6,300円／カネボウ化粧品　乾燥や加齢などによって目立つほおの毛穴に働きかけて、肌の弾力感をUP！




### 草花木果
→透肌マスクジェル 90g 3,150円／キナリ　ぷるぷるジェルが肌表面にたまった古い角質をオフし、たっぷりのうるおいをプラス。キメを整えて毛穴レスに。



### コレス
ハマメリス フェイスウォーター 200mℓ 2,625円／フッツコーポレーション　豊富に配合された植物エッセンスが、肌を清潔に整えながらしっかりと保湿。




### dプログラム
↗バランスケア ローション Ⅱ（医薬部外品）125mℓ 3,675円／資生堂インターナショナル　リッチな保湿成分が、肌のバリア機能をアップ。乾燥×皮脂トラブルをやわらげる。




### 草花木果
←透肌ローション 180mℓ 2,730円／キナリ　肌にスーッと浸透して、イヤなベタつきもゼロ。ひんやり心地いい使用感で、朝のケアも快適。




### オルビス
↗クリアローション L（さっぱり）（医薬部外品）180mℓ 1,575円／オルビス　さっぱりとしたやさしいうるおいが気持ちいい！　ニキビ予防&ケアにも。

## カサベタバランスを整える
# 朝のコットンパック

額や小鼻はベタつくのに、ほおはカサカサする……。朝の肌がそんなアンバランスな状態だったら、

*Recipe* さっぱりタイプの化粧水でコットンパックするのがおすすめ。



**朝のTゾーンパックでカサベタ肌を解消**

バシャバシャたっぷり使える化粧水をコットンに含ませてTゾーンにパック。皮脂バランスが整って、肌のコンディションも好調に。

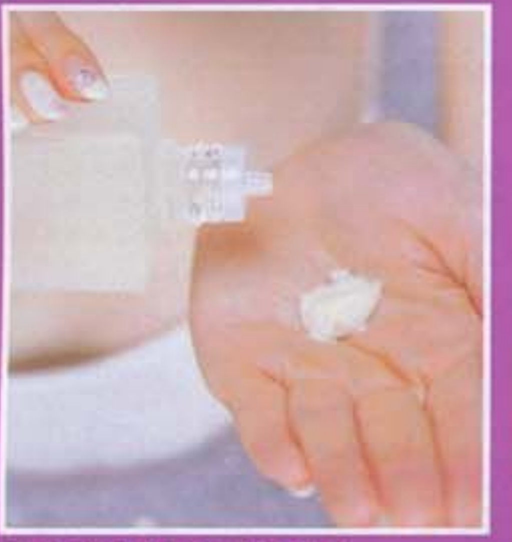
**朝のカサベタチェック**

朝起きたら、指でほおと小鼻をさわってうるおい度を確認。差がなければOK。カサベタが混在する場合は、コットンパックを実践。





## Recipe



**肌の内と外の両方から**
**うるおいを完全密閉**

クリームを手にとり、オイルを1滴たらしてブレンド。肌の外からは油膜のふた、内からはシーリング効果でうるおいを逃がさない！

外ふた&内シーリングで鉄板です！

# クリーム+オイルのカクテルづけ

肌に水分をしっかり補給したあとは、油分を含むクリームでふたをするのが鉄則。オイルをちょっぴり加えるカクテルづけは、クリームが苦手な人にもおすすめ♥



### アユーラ

➡ウェルバランス ミッドナイトチャージ 28g 6,825円／アユーラ ラボラトリーズ　肌の緊張をやわらかくほぐし、たっぷりの睡眠をとったような肌に。




### ソフィーナ ボーテ

➡浸透高保湿クリーム 50g 4,935円（編集部調べ）／花王ソフィーナ　ユーカリエキスを肌の芯まで届け、内側からもっちり。乾燥肌にも頼れる保湿パワー。



### イグニス

➡ナイトリィモイスト クリーム 30g 6,300円／イグニス　こっくりとした感触で、肌をしっとりもちもちに。11種類のハーブによるフレッシュな香りも絶品。




### ランコム

←アプソリュ プレシャスセル クリーム 48g 23,1…／ランコム（1/2発売）…クがあって、とろけるような質感♥　ぜいたくなうるおい肌をお約束。




### イプサ

←ザタイムリセット クリーム CS2（医薬部外品） 30g 9,450円／イプサ　のびがよく、肌なじみもバツグン。ぷるんとしたハリのある弾力肌を実感！

## Oil




### THREE

➡バランシングSQオイル 30mℓ 10,500円／THREE　4種類の精油をバランスよくMIX。夜のケアで使えば、ひと晩かけて肌を最高にやわらかく。

### DEW スペリア

←オイルエッセンスコンセントレート 50mℓ 6,300円／カネボウ化粧品　バリア機能を補い、乾燥肌をケア。オイルなのにベタつかない、サラリとした質感。

冬はマスクもぬくぬくに

# シートマスク湯船でレトルトカレー

ひやっとする冬場のマスクは、お風呂で温めて使うのが小林流。保湿成分が肌に浸透しやすい温度になり、毛穴も開いた状態になるので、パック効果が絶大!!







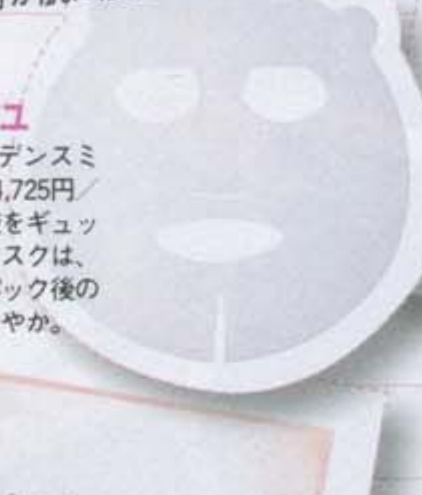
### アグレーラ

➡ディープ エッセンス マスク 30mℓ×6枚 6,825円／ポーラ（1/15発売）　美容成分を30mℓも含んだぜいたくマスク。伸縮性のあるシートで、リフトアップ効果も。




### SK-II

➡フェイシャル トリートメント マスク 6枚 9,975円／マックス ファクター　乾いた肌にもうるおいをぐんぐんチャージ。5分間で肌が見違える！



### エクサージュ

➡モイスト コンデンスミルクマスク 5枚 4,725円／アルビオン　乳液をギュッと浸み込ませたマスクは、密着力も優秀。パック後の肌は驚くほどしなやか。




### ファンケル

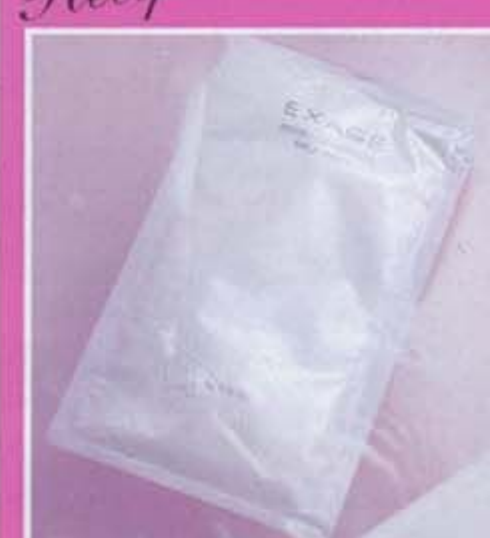
↖モイスト&バイタル マスク 18mℓ×6包 3,140円／ファンケル（限定）　保湿&エイジングケア成分入りで、パックしたあとは肌がもっちもち！



### アクアレーベル

➡モイストチャージマスク 23mℓ×4枚 1,260円（編集部調べ）／資生堂　ヒアルロン酸やコラーゲンを高配合した厚手シート。短時間でもぷる肌に♪

## Recipe



**あったかマスクは**
**浸透力が数段上がる！**

シートマスクを袋ごと湯船に入れておく。…分ほど温めたら、水分をふきとった顔にパッ…美容成分が肌にぐんぐん浸み込む！

## Recipe



**朝におすすめ！**
**レモンin野菜ジュース**

野菜や果物は、美肌成分の宝庫。野菜ジュースに生のレモン1/2個をしぼって飲めば、ビタミンCもたっぷりとれて肌にGOOD！

体の中からキレイに

# サプリはおいしくいただけるもの…

普段の食事からはもちろん、サプリメントも賢く活用するのがぷるるん肌キープのコツ。形状もいろいろあるので、飲みやすい&おいしいサプリをチョイスして。




### ビービーラボラトリーズ

↑ヒアルロン エラスチン コラーゲン錠 90粒 9,240円／ビービーラボラトリーズ　美肌のための3大成分を凝縮。みずみずしい肌作りをサポート。




### エム・アイ・シー

➡ビジュ・ラ・メール（顆粒） 2g×21包 4,500円／エム・アイ・シー　1包にコラーゲン1,000mg、ツバメの巣やフカヒレエキスなども配合で、美肌力満点！




### ファンケル

←HTCコラーゲン ゼリー 150g 240円／ファンケル　HTCコラーゲンがたっぷり入ったぷるぷるゼリー。低カロリーでおいしいから、肌もお腹も大満足。




### エピステーム

↙ビューティアドバンスドエッセンス 20mℓ×20本 10,500円／エピステーム　お疲れ肌に元気を与えるビューティドリンク。内側からみなぎるぷるツヤ肌に！




### アユーラ

↑ウェルバランス ナ…リートサプリ 1.0g×…2,940円／アユーラ ラ…トリーズ　牛乳や母乳…まれるミルクペプチド…飲みやすい顆粒タイプ…

2010 SPRING TOPICS

# Eye アイ

## 生命の息づかいを感じさせる 芽吹きカラーを真っ先買いして♥

冬の眠りから覚めて、すくすくと育ち始めた新芽のようなグリーンや、花のつぼみ。この春のアイメイクトレンドの筆頭にランクインしそうなのが、生命の息吹を感じるやさしさとたくましさを両立したネオパステルです♥ パートナー色としてパレットにINしたのは、ブラウンやネイビー。さりげない目ヂカラ養成に欠かせない相棒として重宝しそう！



**1 イヴ・サンローラン オンブル サンク ルミエール 9**
7,980円／イヴ・サンローラン・ボーテ(1/15発売) 刻々と移り変わるパリの空を表現したパレット。その名も"パリジャン スカイ"！

**2 ルナソル ネイチャーカラーアイズ 05**
5,250円／カネボウ化粧品(1/15発売) 色とりどりに咲き誇る花々をワンパレットに集結させたかのような可憐なパステル。

**3 コフレドール ジュエルシャスアイズ 05**
3,675円（編集部調べ）／カネボウ化粧品 透明感あふれる光のベールで、アメジストのようにキラキラと上質に輝く目元に。

**4 マックス ファクター アイグラデーション カラーズ ソルティ ソーダ**
4,725円／マックス ファクター(1/21限定発売) 自然に肌にとけ込む"なじみパステル"と締め色の組み合わせ。甘すぎない仕上がりが○。

**5 ポール&ジョー フェイス&アイ カラー CS 066**
2,730円／ポール&ジョー ボーテ(1/8限定発売) ムラサキツメクサをイメージしたコンビシャドウ。ロマンチックなまなざしに。

**6 ディオール サンク クルール イリディセント 059**
7,980円／パルファン・クリスチャン・ディオール(1/8限定発売) ぬれたようなピュアなパールの輝きと奥行きのある発色がポイント！

**7 マジョリカ マジョルカ ジュエリングアイズ BL711**
1,575円／資生堂(1/21発売) 動くたびに宝石のような光を放つ輝き多面体アイシャドウ。グリーン系でさわやかに。

**8 クリニーク フレッシュ ピック アイシャドウ02**
2,940円／クリニーク ラボラトリーズ(2/5限定発売) ソフトシマーな濃淡グリーンのコンビカラーがフレッシュな表情を演出。

**9 ランコム ポップ パレット 18**
6,930円／ランコム(1/2限定発売) 春の息吹を思わせる華やかなグリーン（右下）を小さく目のきわにきかせて奥行き感をプラス！

**10 RMK スプリング モダン アイズ 02**
4,725円／RMK Division（1/22限定発売） モダンな配色。色を重ねるほどに、奥行きのあるカラーを生み出すアイシャドウ。

**11 ジョルジオ アルマーニ ヌード コントラスト パレット 1**
7,560円／ジョルジオ アルマーニ コスメティックス(1/15限定発売) 春ならではの軽やかなヌードフェイス作りにジャスト！

**12 エスト エモーショナル マルティプル アイズ 10**
5,775円／エスト(1/2発売) 明るくきらめく色と質感でみずみずしく大人っぽい表情に。にごりのないクリアな発色が○。

**13 エスプリーク プレシャス シンフォニックフィット アイズ F-3**
3,675円(編集部調べ)／ボーテ ド コーセー しっとりなめらかなタッチでまぶたにフィットして、時間がたってもヨレない。

誰よりも早く！ 春顔へリーチ！

# コスメ News! News!

Ray Spring Cosmetic News

移り変わる季節だけに、情報収集がスタートダッシュの鍵！ 誰よりも早く、春顔に心躍らせて♥

**Lip** 2010 SPRING TOPICS リップ

まるでミルクジャムみたい♪

# ミルキーピンクで口元から春へ一番乗り！

毎年、色あざやかな口紅がザクザクお目見えする春。なかでも王道カラーとして真っ先にチェックリストに加えたいのが、ピンク♥ この春のイチオシは、ミルクジャムみたいにうぶな印象のミルキーピンク。唇の色をコンシーラーなしでワントーン明るくしてくれるので、ひと塗りでOK。あなたの内に潜む無垢な表情を引き出してくれるはず！




**1 ボビイ ブラウン ポット ルージュ 21**
3,990円／ボビイ ブラウン(2/4限定発売) 見たままの色が再現できる優秀ルージュ。チークとしても使えるユニークアイテム。

**2 エテュセ ジェリーグロス PK2**
1,365円／エテュセ(1/21発売) ゼリーのようなつるんとした膜を作るリップグロス。つけたてのぷるりん唇を長時間キープできる。

**3 ランコム カラー フィーバー グロス 267**
3,360円／ランコム(1/2発売) 黄金の砂のようにきらめく繊細なラメ感が美しいコーラルピンク。浮かないのに華やかさもある唇に。

**4 ディオール アディクト リップポリッシュ 004**
3,675円／パルファン・クリスチャン・ディオール(1/8発売) 上品…愛い唇に仕上げるピュアピンク…ぷくっとなめらかなツヤ唇に。

**5 ジルスチュアート リップラスター 27**
2,940円／ジルスチュアート ビ…ーティ(1/22発売) キラキラ…した氷砂糖がとけ込んだような…いイメージのピンク。

**6 ルナソル フルグラマーグロス 21**
2,100円／カネボウ化粧品(1…発売) ソフトピンクに繊細な…ッドの光がチラチラ。唇そのも…がうるおって見える効果も。

**7 M·A·C リップガラス フィーリング ドリーミー**
2,205円／M·A·C(1/2限定発売) 唇を明るく&やわらかく見せる…ージュピンク。パール効果で唇…っくら、自然な立体感。

**8 メイベリン ウォーターシャイニー ピュア N 217**
1,260円／メイベリン ニューヨーク(1/16発売) つけたてのピュアなツヤが続く人気口紅にコーラルピンクの新色が登場♥

**9 エレガンス スパイスショット ルージュ 22**
4,725円／エレガンス コスメティックス(2/18発売) 表情をやさしく彩ってくれそうなシナモンピンク。女子力もググッとアップ

**10 マリークヮント リップスティック O-02**
3,360円／マリークヮント(2/12発売) 体温でとけ、外気にふれるとピタッと唇に密着するオイルを配合。なじみのいいサーモン。

**11 ゲラン キスキス ストラス 360**
3,885円／ゲラン(1/15発売) ソメイヨシノの可憐さを思わせるソフトピンク。やわらかく、薄づきで透明感のあるシアータイプ。

**12 イヴ・サンローラン ルージュ ヴォリュプテ 29**
4,200円／イヴ・サンローラン・ボーテ(1/15発売) パリの空の下に咲き誇る、春の花を思わせるローズカラー。なめらかな質感。

**13 オーブ クチュール デザイニングルージュ PK112**
3,360円／花王ソフィーナ すべらせるだけで肌なじみのいい発色となめらかなツヤが生まれ、唇そのものを美しく見せる効果も。

**14 コフレドール アクアルージュ PK-245**
3,150円（編集部調べ）／カネボウ化粧品 ゴールドパールの澄んだ輝きが可愛らしい透明ピンク。水のようなサラッとした感触。

**15 ルナソル フルグラマーリップスG 34**
3,150円／カネボウ化粧品（1/15発売） 美容液成分をぜいたくに配合。つけるだけでグラマーで、フェミニンな口元を演出。

**16 RMK イレジスティブル リップス C EX-02**
3,150円／RMK Division（1/22限定発売） ホワイトベースのピンクに偏光パールをブレンドすることで、セクシーさがアップ！

**17 ランコム ラプソリュ ルージュ 399**
4,200円／ランコム(1/2限定発売) どんな肌色にもなじみやすいサーモンピンク。唇をふっくらと整える美肌分子、プロキシレン配合。

**18 マキアージュ グロッシーパーフェクト ルージュ PK715**
3,150円（編集部調べ）／資生堂(1/21発売) はちみつのようにとろけて広がり、うるおいを密閉。つけたての色とツヤもロングキープ。

**19 アナ スイ リップ ルージュ G 302**
2,940円／アナ スイ コスメティックス(1/7発売) グロッシーな仕上がり。シルバー、レッド、グリーンのガラスパール入り。

# 待ちきれないっ 春の新作

この時期、メイクマニアの最大の関心事といえば、春新色の速報。ビューティー界のトレンドが…

撮影／金谷清(DUCK TAIL) スタイリング／大島有華 ●取材店リストは254ページにあります。

# Cheek

2010 SPRING TOPICS チーク

## 素肌を瞬時にドレスアップ！
## レディなピンクでLOVEも咲かせて♥

ウキウキ気分を演出したいから、春になると明るいトーンのチークが欲しくなるの♥』というメイクラバーは多いはず。そんなハッピーフェイス作りにマストなチークがこの春プチ変化。キーワードは〝バラ色〟〝微粒子パール〟〝ふんわりフィット〟の3つ。華やかさもツヤも立体感も。チークに求めるニーズがますます欲ばりになりそうな予感。

**1 ジバンシイ ル・プリズム・ブラッシュ 24**
6,090円／パルファム ジバンシイ(2/19発売)　やや青みを感じるピンク。4色をブレンドして使って。

**2 ゲラン ブラッシュ エクラ 07**
7,035円／ゲラン(1/15限定発売)日本の桜をイメージして作られた見目うるわしい限定チーク。

**7 RMK スプリング モダン チークス 01**
4,200円／RMK Division(1/22限定発売)　絵の具をまぜ合わせるような感覚でブレンド使いできる！

**8 ソニア リキエル ファー プードル 01**
3,675円／ソニア リキエル(2/5限定発売)　ソフトフォーカスパウダー効果でフレッシュに色づく。

**9 ルナソル カラーリングチークス 05**
5,250円(セット価格)／カネボウ化粧品(1/15発売)　3色ピンク&微粒子パウダーが肌になじむ！

**10 ケイト チークカラーS PK-1**
1,365円／カネボウ化粧品(2/1発売)　自然なグラデづけができる天然馬毛のラウンドブラシつき。

**4 ジルスチュアート ミックスブラッシュ コンパクト 11**
4,725円／ジルスチュアート ビューティ(1/22発売)　人気チークに無垢なピンクローズが新加入！

**5 レブロン マット パウダー ブラッシュ 005**
1,575円／レブロン(1/15発売)色素でコートされた3Dパウダーで、たちまち立体感をゲット☆

**6 ポール&ジョー クリーミィ チーク パウダー 01**
2,940円／ポール&ジョー ボーテ(2/5発売)　素肌のように輝くクリーミーソリッドタイプ。

**3 コフレドール イノセントカラー ブラッシュ PK-25**
3,150円(編集部調べ)／カネボウ化粧品　透明発光パール配合。ふんわり仕上がるイノセントピンク。




## 新作コスメでゲットビューティー！
## ハッピーオーラのある女性

緑の下のチカラ持ち的アイテムにも激変トレンドがいっぱい！　メイク全体の印象をコントロールする要の部分なので、しっかりおさえてハッピーガールに王手をかけて。




# Mascara

2010 SPRING TOPICS マスカラ

## エクステ級のインパクトが狙える
## 横幅ワイド効果

長さ、上向き、セパレートはもう常識！　最旬マスカラに搭載された新効果こそが〝横幅ワイド効果〟!!　プチ整形ばりのサイズアップを実現する鍵を握るのは、日進月歩で進化を続けるブラシ。スクエアカット、Wコームetc.。さまざまなハイテクブラシで目頭、目尻ぎわのまつ毛も逃さずキャッチ。くっきりワイドなインパクトアイを叶えます♥

**4 マジョリカ マジョルカ ラッシュエナメルグラマー ボリュームオン**
1,260円／資生堂(1/21発売)　2面コームブラシでドーリーな極太まつ毛も自在☆

**2 コフレドール ロングパワーマスカラ BK-37**
2,940円(編集部調べ)／カネボウ化粧品　スクエアカットブラシのコーミング効果で均一にフィット。

**1 ブルジョワ ヴォリューム グラムール ブラック&ディアムズ 62**
1,680円／ブルジョワ(12/25発売)グリッターがまばたきするたびにきらめく。目尻だけに使っても♥

**5 ヴィセ ラッシュ ワイドインパクト(カールロング) BK001**
1,575 円／コーセー(1/16発売)目尻をのばして、横長のくっきりしたまなざしを叶える！

**3 ラヴーシュカ ラッシュワイドメイカー BK-1**
1,575円(編集部調べ)／カネボウ化粧品(2/1発売)　まるでまつ毛が増えたような密集仕上がり！

2010 SPRING TOPICS
ネイル

# Nail

甘く？ それともゴージャスにはじける？

# 春のネイルはシロップorグリッターに二極化

LOVE運が確実に上がりそうな半透明ピンクがザクザクお目見えしている一方、モノトーンコーデのスパイスになりそうなシャイニーネイルも大豊作！　両極端に見事に分かれた今シーズンのネイル事情。指の先まで手を抜かないのが愛され女子の絶対条件。意外に見られているパーツなのでトレンドチェックはマストです！



## Syrup

**8 ポール&ジョー ネイル エナメル 31**
1,680円／ポール&ジョー ボーテ(2/5発売)　まるでキャンディのようにクリアなピンク。

**7 ジルスチュアート ネイルラッカー N 43**
1,575円／ジルスチュアート ビューティ(1/22発売)　甘いシロップのようなミルキーピンク。

**9 ソニア リキエル シャイニー ネイルカラー 03**
2,415円／ソニア リキエル(2/5発売)　甘くやさしい表情のソフトピンク。ツヤが長持ち。

**12 マリークワント ネイル ポリッシュ P-04**
1,575円／マリークヮント(2/12発売)　初デートをイメージして作ったピュアピンク。

**10 イヴ・サンローラン ラ ラック 143**
3,150円／イヴ・サンローラン・ボーテ(1/15限定発売)　ひと塗りで発色するモーブカラー。

**13 RMK ネイルカラー N EX-25**
2,310円／RMK Division (1/22限定発売)　あざやかでありながら、すっとなじむ微細パール配合。

**11 ディオール ヴェルニ 184**
3,150円／パルファン・クリスチャン・ディオール(1/8限定発売)　イノセントなミルキーピンク。



## Glitter

**1 アナ スイ ネイルカラー N 107**
1,680円／アナ スイ コスメティックス(1/7発売)　スクエア&オーロララメで派手キラに！

**2 ディオール ヴェルニ 604**
3,150円／パルファン・クリスチャン・ディオール(1/8限定発売)　がっしりパールで大人っぽく。

**3 ランコム ル ヴェルニ 003**
3,150円／ランコム(1/2発売)　粒ラメがぎっしりIN！　太陽のようにまばゆいきらめき。

**4 ポール&ジョー ネイル エナメル 34**
1,680円／ポール&ジョー ボーテ(2/5発売)　ヴィンテージな輝きのシルバーグリッター。

**5 ジルスチュアート ネイルラッカー N 39**
1,575円／ジルスチュアート ビューティ(1/22限定発売)　真珠のように輝くアクアホワイト。

**6 ソニア リキエル シャイニー ネイルカラー 18**
2,415円／ソニア リキエル(2/5発売)　大小ラメ入りで、ミラーボールのようにキラキラ輝く★

この春なりたいの

2010 SPRING TOPICS
アイライナー

# Eyeliner

軽やかモードを叶えたいなら

# NOT黒！

スモーキーアイが大ブームだった秋冬から一転、春はグリーンやラベンダー色といったパステルアイが主役の座を奪いそう。当然、アイライナートレンドも激変！　パステルの軽やかさをきわだてる脇役として活躍しそうなのが、"NOT黒"なアイライナー。ソフトな引き締め効果で、目元にほどよい強さとヌケ感を演出しましょ♥

**5 ブルジョワ エフェ スモーキー 72**
1,260円／ブルジョワ(12/25発売)　ダークパープルがノーブル&セクシーな目元を確約！

**6 ディオール クレヨン アイライナー 073**
2,940円／パルファン・クリスチャン・ディオール(1/8限定発売)　黒よりやさしいニュアンスブラック。

**3 レブロン カラーステイ リキッド ライナー 302**
1,260円／レブロン(2/20発売)　ダークブラウン。にじまないのにお湯で簡単に洗い流せる。

**4 ジバンシイ パラダ・アイズ・ライナー 8**
3,990円／パルファム ジバンシイ(1/15限定発売)　ピンクとホワイトのパール入りのモーブカラー。

**1 ランコム インク アートライナー 04**
3,360円／ランコム(1/2限定発売)　ジェルタイプ。目元に深みを加えるディープグリーン。

**2 メイベリン アイステュディオ クリーミィ ジェル ライナー S07**
1,260円／メイベリン ニューヨーク(2/13限定発売)　インサイドラインに最適なパールホワイト。



# 春新色超速報

**編集部に届きたてのスーパー速報を一挙公開！　即完売もありうる人気アイテムばかりだから、発売日を手帳にメモって予約＆買い忘れのないように！**

## News! 01

マリークワント発

### いつもおそろい♥リップ＆ネイルをペアで36組発表！




〈右〉リップスティック R-01 3,360円、ネイルポリッシュ R-01 1,575円　R-01 SCINTILLATIONは危険な恋を表現した深紅のペア。〈左〉リップスティック P-04 3,360円、ネイル ポリッシュ P-04 1,575円　P-04には初デートの約束を意味するFIRST TRYSTというキュートな色名が！／以上マリークヮント(すべて2/12発売)

## News! 02

ポール＆ジョー発

### 人気のブロッティングペーパーが「ふしぎの国のアリス」キットで登場！




ポール＆ジョー コレクション 2010［ディズニー キャラクター］全2種 各6,300円／ポール＆ジョー ボーテ(2/5限定発売)　ポール＆ジョーのレトロな世界観と、ディズニークラシックス作品の「ふしぎの国のアリス」の空想の世界がコラボ♥　数量限定なので、予約して確実にゲットして！　セット内容：オリジナル缶ケース、リップ トリートメント スティック［ディズニー キャラクター］、ブロッティング ペーパー［ディズニー キャラクター］、ブロッティング ペーパー［ディズニー キャラクター］(リフィル)

©Disney

※予約は1/29からスタート。

## News! 03

ディオール発

### 繊細なレース細工が美しいフェイスパウダーが発売



〈右から〉プードリエ ダンテル 001、同 002 各7,980円／パルファン・クリスチャン・ディオール（1/8限定発売）　ディオールのドレスやランジェリーに欠かせない繊密なレース（ダンテル）を思わせる細工にうっとり♥

## News! 04

オーブ クチュール発

### NEWルージュとハイライトがメイクテクを一気に上げてくれる！




…似合うキレイ"が確実に再現でき…！　〈右上〉オーブ クチュール…ザイニングハイライト 3,885円…ょうどいい範囲に入れられるパ…ダーとブラシの形状。目の下の…ーブに沿って塗るだけで、表情…パッと明るく♥　〈手前右から〉…ザイニングプレミアムルージュ…161、同 BE761 各3,360円　あ…がちな唇でもキレイな色とツヤ…実現。／以上花王ソフィーナ







…デザイニングプレミア…ムルージュをはじめて…使ったときの2人のリ…アルな声がそのままキ…ャッチフレーズに！

## News! 05

シュウ ウエムラ発

### ナチュも大胆もおまかせ！重ねワザアイシャドウ




アイ シマー デュオ スターリー バイオレット 3,990円(セット価格)／シュウ ウエムラ(1/15限定発売)　リキッド アイシャドー(右)＋パウダー アイシャドー(左)で奥行きある大胆なニュアンスアイに。単品使用ならナチュラルな仕上がり。

## News! 06

ヴィセ発

### ベージュグラデで陰影くっきり「彫り深ヌードアイ」でハーフ顔に☆




ヴィセ グラムヌード アイズ 全5種 各1,890円／コーセー(1/16発売)　肌にとけ込むヌードカラー5色のグラデーションパレット。まるで生まれつきのように自然に、くっきりと彫りの深い目元を叶えてくれる！

## News! 07

ブルジョワ発

### 1個約2,000円だから大人買いも夢じゃない！「パリジェンヌ　コレクション」




〈右〉ブラッシュ パステルジュ ヴィンテージコレクション 全3色 各2,100円、〈左〉オンブル ポピエール パリジェンヌコレクション 全5色 各1,995円／以上ブルジョワ(12/25限定発売)　エッフェル塔や凱旋門など、パリの名所が描かれたパッケージがSo Cute♥

## News! 10

エテュセ発

### カラーとグロスがとろける「メルティータッチルージュ」で誰よりもツヤめく唇に！

メルティータッチルージュ 全5色 各1,890円／エテュセ(1/21限定発売)　カラーとグロスがとろけあってできるミルキーカラーで唇を彩る、見た目も楽しいユニークなルージュ。一瞬でなめらかにフィットして立体感のある唇に。






## News! 08

ランコム発

### アーロン・ド・メイが手がける「Ô MY ROSE!」コレクションでバラのように輝く女性に

ポップチーク 01 6,300円／ランコム(1/2限定発売)　ブランドのシンボルであるランコムローズをポップにアレンジしたアーロン・ド・メイのセンスが光る限定プロダクト。ランコムファンなら、絶対に手に入れたい！



メイク界の革命児と称される天才アーティスト　アーロン・ド・メイが09秋冬に続き、新作をプロデュース。

## News! 11

アナ スイ発

### ドレスアップした口紅でメイクもテンションも一気に最高潮♥

〈右から〉リップルージュ D 770 2,940円　目がくらむほどきらびやかな輝きはまるで唇が宝石になったかのよう！　同 T 850 2,940円　ぷっくりうるうる。ピュアで透明感のある赤ちゃんリップに。同 G 200 2,940円　グロッシーなクリアパープル。同 V 060 2,940円　スターブラック。手持ちの口紅とまぜて使う色調チェンジ用に重宝しそう。／以上アナ スイ コスメティックス(1/7発売)




## News! 09

イヴ・サンローラン発

### ショーの招待状をモチーフにした「パレット Y メール」は売り切れごめんのスターコスメ★

〈右〉パレット Y メール ブラッシュ(SPF10)、〈左〉パレット Y メール ハイライター 各8,400円／イヴ・サンローラン・ボーテ(1/15限定発売)　オートクチュール仕立ての肌を作るフェイスパウダーに刻まれた柄は、かつてイヴ・サンローランのメゾンが存在した住所！




# もっと見たい！ Happyオーラが弾ける!!

## News! 12

エレガンス発

### クレヨンみたいにくっきり色づくスティックアイカラー

〈右から〉アイクレヨン 01、07、03、06、02 各3,150円／エレガンス コスメティックス(2/18発売)　なめらかなタッチで思いのままの色が発色する繰り出しタイプ。ライン使いはもちろん、指でのばしてグラデ使いしても可愛い！



## News! 13

マキアージュ発

### シンデレラガール現る！ マキアージュの新ミューズにICONIQ（アイコニック）

都内ビルボードで話題の坊主頭の女性アーティスト「ICONIQ」がマキアージュのテレビCMソングでこの冬、デビュー！　〈上から〉マキアージュ アイズクリエーター(3D) BE763 3,990円(限定)、グロッシーパーフェクトルージュ PK715 3,150円(ともに編集部調べ)／資生堂(1/21発売)



ポスター使用色はこちら




圧倒的な存在感と美にほればれ。デビュー曲はなんとEXILEのATSUSHIとのコラボ曲という大型新人。詳細は http://iconiq.jp で。

## News! 14

アディクション発

### 春のテーマは「パステル レインボー」

2009年7月にデビューしたアディクション初の春コレクションは、南仏からモナコ、コートダジュールへの旅をイメージした開放的な色調。1 アイシャドウ Rear Window サンドグレイ 2,100円　2 同 Limoncello サワーグリーン 2,100円　3 同 Eggplant 2,100円　地中海の夕暮れをイメージ。4 ブラッシュ Acid Pink 2,940円　多彩な輝きのグレイッシュピンク。5 リップスティック Poupée 2,940円　ノンパールでシアーなベールピンク。6 リップグロス Purple Rain 2,625円　透明感あふれるパープル。／以上アディクション ビューティ(2/25限定発売)



ダイエット？ その前に

暴飲暴食のシーズンだから…

# 7 太る前にするつのこと

クリスマスパーティーに忘年会……。
年末は体重増の危険がいっぱい！
太ってから必死になるより
太らない体をめざすのが
だんぜん賢い選択だよね♥

撮影／岩橋徹也　スタイリング／四本優子
ヘア＆メイク／レイナ　モデル／小泉梓
イラスト／布留川由香　取材・文／皆川知子（tokiwa）

●取材店リストは 254 ページにあります。

## アドバイザーはこの３人！

美、医、食それぞれの分野で活躍する３人のプロが、太らない体づくりをサポート！



エステティシャン

**田中玲子**さん

レイ・ビューティースタジオ代表。独自のメソッドで編み出した美点マッサージやオリジナルスクワットが人気。「とにかくストレスをためないのがいちばん！　太らないためにも適度な運動は大切です」



内科医・皮膚科医

**友利新**先生

元・準ミス日本という経歴を持つ美人医師。"キレイをつくる女医さん"として多くの女性ファンを持つ。「太ってやせての繰り返しだと、筋力が落ちてしまいます。日々の習慣でスタイルをキープして」



ミス・ユニバース・ジャパン公式栄養コンサルタント

**エリカ・アンギャル**さん

ミス・ユニバース・ジャパンで、内側から美しくなる食を指南。ただ細いだけでなく、魅力的な体に磨き上げるスペシャリスト。『世界一の美女になるダイエットバイブル』（幻冬舎）が12/25発売予定。

## 1 体も心も低温化させない

体や心の冷えは、太るスパイラルに陥るもと！冬だからこそ体は冷やさないよう、心もいつも"あったか"をキープして♥

### 低温化→太る体質の因果関係とは？

**体内のめぐりが鈍り燃焼しにくい体に！**

体が冷えると循環機能がにぶり、"燃焼しにくい""脂肪がたまりやすい"体に。また、欲求をおさえてばかりも心を冷やす原因に。食べたいのをガマンせず、心をあったかくして♥

### いい油は美の強い味方！

ダイエットに油は大敵！ と思っている人が多いですが、それは間違い。いい油は大切な栄養素で、美肌のもと。太る心配もないんです。トランス脂肪酸を含む油は避けて」（エリカさん）




いい油は、アボカド、青魚、鮭などに豊富。料理には、EXバージンオリーブオイルがおすすめ。

### おへその下と腰だけは絶対に冷やさない

「おへその下と腰まわりを温めるだけで、全身がぽかぽかするし、脂肪がつくのも防げます。おなかの脂肪が気になる人は特に冷やさないように心がけて」（田中さん）







めぐりズム蒸気の温熱シート 下着の内側面に貼るタイプ 5枚入り オープン価格／花王 約40℃で5～8時間も持続！

### 恋をしよう

「恋をしたときに出る脳内物質と"おなかいっぱい"と感じたときに出る脳内物質は一緒。恋をすると食欲がなくなるのは、本当なんですよ(笑)」（友利先生）

### 足首ゆるぽか♪

「素足×パンプスは冷えのもと」（友利先生）。「足首が固定されすぎないムートンブーツは、正しい姿勢で歩けるうえ、防寒対策にもなるのでオススメです」（田中さん）

ムートンブーツがオススメ！



保温性があって、やわらかいものを選んで。ファーつきムートンブーツ 21,000円／Rion（トコパシフィック）

### 忘年会は幹事になって鍋パを！

「たくさんの種類の魚や肉、温野菜がとれる鍋は、冷え対策の強い味方♥」（エリカさん）。「生野菜と加熱した野菜、それぞれをバランスよくとることが大切です」（友利先生）




ニットワンピース 8,925円／VANQUISH（せーの）　シュシュ／スタイリスト私物



ピンクモコモコパーカ（ショートパンツ、ソックスの３点セット）8,925円／Ruvap 渋谷109店　ドットキャミソール 2,400円／ピーチ・ジョン　シュシュ／スタイリスト私物

I wanna be……

# めざせ！アンジェリーナ・ジョリー



ワンピース、パンプス、カチューシャ／スタイリスト以上私物

# 2 イメージを明確に

スレンダーボディを維持するためには、やっぱり目標が大切！ 現状から目をそらさず、なりたい体を具体的にイメージして。




**メジャーで毎日同じ部位のサイズを測ろう！**
床から○cmなど、自分でルールを決めて毎日測って。腕やウエストなども、同じ位置であることを確認して測るとズレも防げます。

## 体重よりもサイズチェックを

「"気をつけていても結果が出ない…"と思っている人！ サイズを測れば、実はちゃんとやせているかも。1cmでも細くなっていればやる気も続きますよ♪」(田中さん)

## 目標があると太りにくいのはホントです！

**イメージすると食べたい欲望もおさえられる！**
なんとなくダイエットしているだけでは、誘惑にも負けてしまいがち…。期限やイメージをしっかり持てば、モチベーションもUP。ダイエットが長続きします！

## なりたい自分をビジュアル化する

「理想のスタイルのポスターに自分の顔写真を貼って。毎日見てやる気UP！」(友利先生)。「自分のチャームポイントをさらに磨く努力も大切よ」(エリカさん)




**憧れのモデルや芸能人を目標に！**
憧れスタイルの持ち主のポスターを、部屋や冷蔵庫、脱衣所に貼って。イメージするだけでも、食欲をおさえられるし頑張れる！

## ひとりで食事をしない




「ひとりで食事をしていると、気分もふさぎがちになり暴飲暴食につながる恐れが。なりたい自分になるには、家族や恋人、友達とごはんを食べること」(エリカさん)

**食事を楽しむとストレスも減る！**
みんなでわいわい食べることでストレス発散もできてやせやすい体に。ダイエットの大敵「早食い」もなくなるのでより効果的です♥

## 友達と目標を公言しあう

「友達と目標体重などを共有してみて。"今日のランチはヘルシーなものに"とか"今日のショッピングはたくさん歩こう"とか、ゲーム感覚で楽しくやせられます」(友利先生)

## 裸で鏡の前に立つ

「まずは現実を直視すること！ 毎日裸に近い状態で全身を見て、体重計にもできるだけのりましょう。危機意識を高めることで、自然に太りにくくなるんですよ」(田中さん)



# 3 体のリズムを知る

生理周期を味方につければ、より効率よくスリムボディに。自分の体内バイオリズムを知って、生活を組み立てましょう！



## 生理中も軽い運動をする




「現代の女性は、ふだんから運動不足。血糖値が上がる生理中にはなおさら軽い運動は不可欠。ウォーキングや踏み台昇降など、毎日の適度な運動を心がけて」(田中さん)

**踏み台昇降なら場所を選ばない**
筋肉(筋力)があることが太らない体のための必須条件。階段や段差を使った踏み台昇降なら毎日できる！

## 生理前はコーヒーSTOP！



「生理前の10日間は血糖値が上昇する時期。血糖値を上げる作用のあるコーヒーはできるだけ避けたほうが無難。緑茶などの温かい飲み物にチェンジしましょう」(エリカさん)

## イライラしてるときは食べない

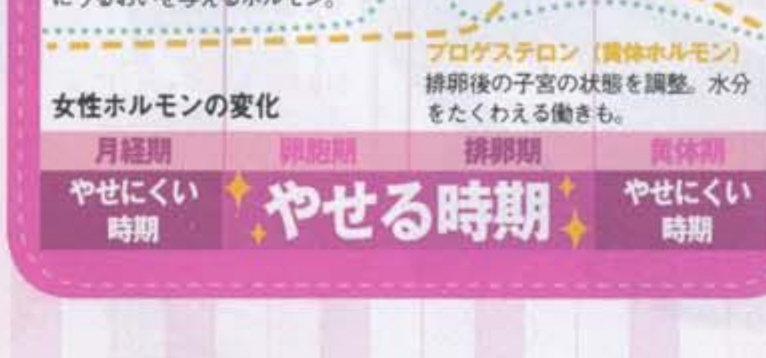


「生理前や生理痛などでイライラしているときは、過食傾向になりがち。食事の時間をずらすなどして、適量を食べるように心がけましょう」(エリカさん)

レイ デトックスエキス 6本入り 8,925円／レイ・ビューティ・ヘルス研究所 乳酸菌生成エキスがホルモンバランスを整える。

## 「女性周期」ってこうなってます！

**生理後2週間がやせやすい時期と覚えて**
ダイエットを始めるのにベストなタイミングは、生理終了後から2週間。逆にそれ以外の時期は努力しても報われないかも(泣)。太りやすいので高カロリーの食事は避けて。



# 4 代謝アップ 1.2.3…

食事制限しても太るのは、代謝が下がっている証拠！ 代謝を上げると、同じ量を食べても太りにくい体になれちゃうんです♥



## 代謝が下がると太りやすくなる理由は？

**筋肉量が減ると代謝もDOWN↓**

「代謝が下がる」とは極端にいうと「筋肉量が減る」こと。運動不足などで筋肉量が落ちる→代謝が下がる→太る、というメカニズム。食事制限だけじゃダメってこと!!

## 白い食べ物を控える

「白いパンや白米など精製された穀類は、食物繊維や栄養素が抜けて血糖値が上がりやすい。パンなら全粒粉、お米は玄米を食べると、アンチエイジングにも◎！」(エリカさん)




炭水化物オンリーの食事は、太りやすい食べ方。サーモンや卵など、たんぱく質を組み合わせることがやせ体質になるコツなんです。



## 水→あたたかいお茶にチェンジ！

「緑茶は代謝をアップするうえ、抗酸化作用もあり。添加物入りのペットボトルではなく、茶葉でいれたお茶のほうが美容効果◎。水は常温で飲むのがポイント」(エリカさん)

## 食事抜きは絶対ダメ！

「食事を抜くと血糖値が低下。そんな空腹の状態でものを食べると血糖値が急上昇。この"血糖値の急上昇"こそが、太りやすい体をつくる大元凶なんです」(エリカさん)

## 30分に1度は体を動かす

「長い時間じ〜っとしていると、体のエンジンは止まっている状態。エンジンが常にオンになっているよう、トイレでもなんでも30分に1回は動くようにしてね」(田中さん)

## 1日10分のラクチンストレッチ

「運動は息が上がりすぎないよう、心拍数は120〜130を目安にして。心拍計があると便利ですね。また姿勢矯正も同時にできるストレッチボールもオススメです」(友利先生)



**1 ポールにあおむけになってリラックス**
頭からお尻までをポールにのせ、ひざを立て足の裏を床につけた状態。ひじは床につけ手のひらは上向きに。

**2 肩甲骨に働きかける運動はコレ**
腕を天井に向かって引き上げ、戻す。肩甲骨がポールをはさんだり、離れたりするのを感じながら行って。




〈上から〉POLAR FT4 F ブラウン 13,440円／ポラール 目標心拍数の設定ができ、基礎体力づくりや減量など目的別のトレーニングができる。ストレッチポールMX 9,450円／LPN 寝る前10分のストレッチで体のゆがみをリセット。

## あいている時間を利用してスクワット

「下半身をメインに鍛えると全身運動になって、効率よく筋力アップできます。オススメは入浴中。温浴と冷シャワーを組み合わせると、さらに血行がよく！」(田中さん)




**足を肩幅に開いてゆっくり腰を落とす**
足を肩幅に開き、手はももの上に置きます。太もも全体とお尻に力が入っているのを感じながら、腰を少しずつ落としていって。

**スクワットの目標回数は毎日30回×3セット**
腰をできるだけ低く下ろす。ポイントは曲げたひざがつま先より前に出ないこと！ 下半身の引き締めに効果テキメン♪

ピンクワンピース6,195円／ラヴィジュール ルミネエスト新宿店 デニムショートパンツ、ソックス、シュシュ／以上スタイリスト私物

## 3日に一度はペタンコ靴♥

「足首が動きにくいヒールは、筋肉を固めてしまい、燃焼しにくい体につながります。ヒールとペタンコ靴をはき分けて、足の筋肉を動かすようにしましょう」(友利先生)



シルバー×パールフラットシューズ 15,750円／トコ パシフィック

## 代謝アップ食材を積極的に食べる

「冷え性や血行不良は代謝ダウンを引き起こす要因。体を温める食材を積極的にとるようにしましょう。しょうがやにら、にんにく、りんごなどがオススメです」(友利先生)




引き締めジンジャー(ドリンク) 210円(編集部調べ)／カネボウ化粧品 ショウガ科のマニゲットの種子を配合で、代謝をアップ。




〈右〉Tシャツ、デニムショートパンツ、ソックス、シュシュ、メガネ／以上スタイリスト私物　〈左〉ワンピース、パンプス、カチューシャ／以上スタイリスト私物

# 5 帳尻を合わせる

つらいダイエットよりも、太る前にできることを考えて。食べすぎちゃったときは、すぐにリカバリーをして、なかったことに♪

## 「やせたい!」をストレスにしない

**ガマンせずできることから帳尻を合わせて♥**

ダイエット最大の敵はストレス！極端な制限は、イライラのもと。毎日の生活の中でできることを少しずつ心がけるだけで、体重がキープでき、気持ちもハッピー♥

## 間食するなら ドライフルーツ、アーモンド、カカオ70%以上のチョコ

「間食はOK。ただし血糖値の上昇が穏やかになるものを選んで。少量のローストアーモンドや、カカオ70%以上のチョコレート1～2かけ、砂糖無添加のドライフルーツが美女のヘルシー間食よ♥」（エリカさん）




素のままアーモンド 100g 294円／無印良品有楽町　塩や油を使わずロースト。おなかにもたまって、ダイエットの強い味方★

## 外食したら ひと駅分 歩いて帰る

「体力や筋力をつけることが代謝を上げて太らない体にするコツ。食べすぎちゃった日は、運動がてら長距離をウォーキングするのもいいでしょう」（友利先生）




デニムシャツ 14,490円、白×黒ボーダーニット 7,140円／ともにVANQUISH（せーの）　黒×ラインストーンシューズ 9,975円／トコパシフィック　白チュールスカート、バッグ／スタイリスト私物

## 食事のボリュームは 朝＋昼＝80%、夜20%に

「前日食べすぎたからって、翌日食事抜きなんていうのはNG！　どんなときも、朝・昼で1日のカロリーの80%、夜は20%になるように食べましょう。寝るまでに5時間以上あけるとベスト」（エリカさん）




## イベント前日の食事量を減らす

「食べすぎた翌日に食事を減らすのって、さびしい気分になるもの。明日は外食、とわかっていれば、前日に食事を減らすと、明日を楽しみにしながら前向きに食事を減らせます」（田中さん）

## かむ回数を増やす

「よくかまないで飲み込んでしまうと、胃に負担がかかり消化不良に。また脳に"満腹"のシグナルが届くのは、食べ始めて20分後から。よくかみ、ゆっくり食事をして」（エリカさん）

## 赤信号は背のび立ち 横断歩道はつま先歩き

「歩くときは足首が動きやすい靴をはくように。代謝がアップして、カロリーを消費しやすい体になれます。つま先立ちなども、有効なストレッチですね」（友利先生）




## 1食おきかえフードを常備

「人間はもともと雑食動物。油抜きとか偏った食事は体によくないし、長続きしません。食事制限中でも栄養バランスを考えた食生活を」（田中さん）




プチシェイク 1,470円／オルビス　1日3回の食事のうち、1食をおきかえるだけ。食物繊維も豊富で栄養バランスもばっちり♪

## レコーディングダイエット

「一度、自分の食べたものを書き出してみてください。思っている以上に食べていることに気づくはず！こうやって客観的に把握することって大切なんですよ」（友利先生）




3STEP式 90日ダイエットMEMO 630円／笠倉出版社　「朝・昼・夜・おやつ」と、食べたものを記述でき、摂取できた栄養素の確認も可能。健康的な体に。

## おやつにはクッキーより おせんべい

「日本人の体には小麦が不向きなんです。小麦や牛乳、砂糖も入っていて高カロリーなクッキーより、お米でできているおせんべいを選んで。大豆食品もおすすめ」（友利先生）




SOYJOY 各121円／大塚製薬　小麦を一切使わず、大豆粉だけを使用。たんぱく質や食物繊維を含む低GI食品なので、ダイエット中の人にもぴったり。ブルーベリーやバナナなど、女性にうれしいフルーツ味が豊富。

# 6むくみ撃退

むくんでいるだけで、ひとまわり太って見えちゃうもの。自宅でできる簡単マッサージで、ぶよぶよボディとお別れです！







## 1日最低1ℓ水を飲む

「あまり知られていませんが、水分不足でもむくみが起こるんです。水を飲みながら半身浴で老廃物を出すと、体内のめぐりもよくなり、全身すっきりボディに！」(友利先生)

evian 330mℓ 112円／エビアン　日本人の体に適した硬水。ミネラルを摂取しやすく飲みやすい。

## ひざ裏押すだけマッサージを日課に

「むくみケアにはやっぱりマッサージ。ふくらはぎ～太ももの裏側を押せば、パンパンだった脚もすっきり♪　一緒にボディケアアイテムを使っても◎」(田中さん)





**むくみに効く5カ所をプッシュ！**

ふくらはぎ、ひざ裏、太ももの真裏と、それぞれの中間、計5カ所を親指以外の4本指で押して。指の腹を使って強めに押すのがコツ。




〈右〉マッサージフェスタレッグ 80mℓ 4,200円／イグニス　肌にピタッと密着するオイルでマッサージに最適。〈左〉アクアリムローション 200mℓ 4,200円／レイ・ビューティ・ヘルス研究所　オーガニック成分配合でセルライトケアもできる。

## 塩分はひかえめに

「塩分やアルコールを多くとるとそれを緩和するために水分が使われます。だから適切な場所に水分が届かずむくんでしまうことに」(友利先生)

## 着圧ソックスやコロコロローラーを活用

「運動や水分補給のほか、むくみ対策グッズに頼るのも手。メディキュットは、就寝中に使えるものを選ぶと、寝ているだけで翌朝の脚がすっきりしますよ」(友利先生)




〈右〉フットエステ レッグアップローラー 1,260円／シャンティ　太ももやヒップの血行を促進。セルライト予防にも。〈左〉寝ながらメディキュット ロング 2,625円／ドクター・ショール　低めの圧力＆適度な伸縮性で眠っている間も快適をキープ。

### むくみって何？

**細胞と細胞の間に水分がたまること**

通常は毛細血管から水分が出て、老廃物を含む水分がとり込まれますが、血液やリンパの流れが滞ると、水分が細胞間に残りむくみに。リンパ節を意識したマッサージも有効。

リンパ節の位置はココ！




## 大股で歩く

「かかとから着地してつま先で蹴る、胸は張る歩き方で。足の筋肉を刺激できるのでむくみ軽減に効果あり。大股でリズムよく歩けば、自然に実践できますよ」(田中さん)

## コーヒー飲んだらコップ1杯の水を！

「水分をとることは大切ですが、利尿作用の高いコーヒーやビールの飲みすぎには気をつけて。飲んだら、同量の水分を補給しましょう。適量ならOKよ」(エリカさん)




# 7ゆがみを正す

体がゆがむと、余分なお肉がついてしまい、結果太って見えることにつながります。まずは姿勢を正して、ゆがまない体づくりを！






### 骨格がゆがむと太って見えるってホント？

**筋肉のアンバランスや運動不足がゆがみの原因**

ゆがみとは、筋肉がアンバランスについていること。猫背だったり、荷物を片側だけで持ったりすると、筋肉のバランスが悪くなってしまい太って見えるのです。

## 重い荷物は左右バランスよく持つ

「荷物は左右同じ重さになるように」(友利先生)。「利き手でばかり持っている人は、反対の手で持つように意識するとゆがみが防げます」(田中さん)

## 深呼吸をする

「猫背だと、消化が悪くなり腸も縮こまってしまい、呼吸も浅くなるんです。姿勢をピンと正して、定期的に深呼吸をしましょう」(エリカさん)

## 股関節ストレッチでゆがみを寄せつけない

「下半身の筋肉を鍛えるストレッチが効果的。股関節まわりの筋肉を鍛えると、代謝も上がるし、左右バランスよく筋肉をつけられるんですよ」(友利先生)




**気づいたときに股関節をぎゅっと開く！**

イスに足をのせ、つま先は垂直に。反対の足のひざをゆっくり曲げます。視線はイスと反対方向。股関節をグーッとのばして♪




## イスに深く腰かける

「イスに浅く座ると、腹筋が落ちてウエスト太りの原因に！　奥まで深く座ることで、自然と背筋ものびて筋力もアップします」(田中さん)

## ゆがみ矯正アイテムに頼る

「ゆがみを治すのは、個人レベルではなかなか難しいもの。まずはふだんの姿勢をよくするなど、ゆがまない体でいられるような生活を」(田中さん)



エアリーシェイプ スマート 29,800円／ツカモトエイム　エアバッグが腰から太ももまでを矯正する座イスタイプ。

# Che Che

New York




CC673-WH ¥18,900


CCHK501-WH ¥15,750


CC664-WH ¥18,900


CC745SK-BK ¥12,600

L) CC671-WH
C) CC674-WH
R) CCHK601-WH

チチ ニューヨーク直営店：表参道 Tel.03-6638-6633 名古屋 Tel.052-249-5230 心斎橋 Tel.06-6241-3505 www.europassion.co.jp/shop/

ユーロパッション株式会社 TOKYO：03-5295-0411 OSAKA：06-6268-5154 www.europassion.co.jp/cheche/



[札幌] 大丸 [苫小牧] オオミチ [青森] タイムステーションNEOサンロード店 [仙台] エスパル イノマタ [岩槻] 浜野時計楽器店 [越谷] レイクタウン ビブレ [板橋] 細井時計店 [池袋] スギヤマ サンシャイン [新宿] バラエティウォッチ百貨時店新宿
伊勢丹新宿店本館ISETAN GIRL／アンロジカル オピニオン [渋谷] ベルフィオレ／タイムランド渋谷マークシティ [上野] エスエス商会 [北千住] アンロジカル オピニオン [金沢] エルサカエ金澤本店 [浜松] クロノスタッフDHADHA [名古屋]
タイムステーションNEOイオンナゴヤドーム前店 [北名古屋] ジュエリーサトウ [大府] 宝石の八神 [知立] タイムハウスジュエリー伊藤 [津島] ジュエリーサトウ津島本店 [岐阜] リアンサカイ美濃加茂店 [可児] ジュエリーサトウ パティオ2F [桑名
[四日市] キタオカ [京都] ビジュー・ド・ヨーコ／三宅時計舗 [大阪] 阪神百貨店／京阪シティーモール／東急ハンズ心斎橋店 [阿倍野] すぎた [高槻] 松坂屋 [豊中] 時遊広場 テンポ DUE [橿原] ビブレ [明石] ビブレ [岡山] ビブレ [東広島] 玉井
[徳島] 宝石・時計池田CITY店 [高知] ジュエリー・ウォッチブティックビュープラス高知 [福岡] 福岡天賞堂／福岡東ビブレ [北九州] フェリーチェ・フクダ [久留米] スロウタイム [鹿児島] 鍾札銅

完成まで 12min.

美人オーラあふれる
編み込みスタイルに挑戦♡

# レンジ ～スト10発表！

リ♡クラたちに、挑戦したいスタイル
を調査したところ、編み込みやハーフアッ
プ、おだんごなど、自己流では難しかっ
たアレンジテクが知りたいとの声が多数
寄せられました。今回はオーダーの多かっ
た順に全10スタイルを紹介します！

*How to arrange*



1 両サイドの側頭部の下を編み込んでいく。ポイントは横ではなく下に向かって編んでいくこと。



2 ろの髪をまとめたら、トップを引き出しゆるめる。し遊びをもたせ、トップボリュームを出す。



3 サイドを残して後頭部でゆるめのシニヨンにする。大人っぽさを出したいので、耳くらいの低めに。



4 サイドの三つ編みをシヨンに巻きつける。きつ巻きつけないのがコツ。先は残しておく。



5 先をおだんごの中にとめ。上のふんわり感をキーブしながらおだんごを上下さきボリュームを調整。

平有紀子さん

ワンピ 30,450円／ク サス(東京ブラウス) ートイヤリング 8,400円／ アビステ パールブレス ,990円／Honey mi Honey ハートネックレス 30,450円 ／イマノエル ヘアピン 5 5円／L.CHANCE渋谷109 店

こちらもおすすめ

小さめでも輝きで華やぎUP

## プチキラピン

キラキラピン 各315円／パリスキッズ原宿店　大人めな編み込みアップには、小さめのキラキラピンがおすすめ。バランスもとりやすく使いやすいし、大人っぽい印象をキープしながら、可愛さもアピールできます。

Best 1

特別な日に指名したいスタイルNo.1☆

# フェミニン編み込みアップ

(担当：GARDEN　榎本智美さん)

**女らしい編み込みのアップ**ヘアに挑戦したい♡(有紀子) **いい女系のやわらかなアップ**で彼をドキッとさせたい♡([illegible]) **編み込み**ヘアに興味あり！([illegible]) ドレスに合う**華やかな編み込み**アレンジを教えて。([illegible])



Side



Back

所要時間つき イベント対応

# Hair Arrange ヘアアレンジ

ンジをご紹介！ ふんわり揺れるエアリーな女のコらしさに、愛され度も急上昇です♡



完成まで 10min.

存在感あるビッグリボンで女らしい華やかヘアに

Best 2

大きめリボンを主役にしたやわらか巻きの決定版！

# ヘッドドレス×ちょい盛りポンパ

（担当：LIPPS omotesando　溝口さとみさん）

**ふんわり巻き髪**に**リボンつきのカチューシャ**で女のコっぽくしたい。（友里）　勝負デートはノースリワンピに**ゆる巻きのダウン**スタイルで**大人めに**。（紗代子）　ふんわり揺れる**フェミニン巻き**ってどうやるの？（宏美）



Side





Back

パープルワンピ 13,650円／BE RADIANCE　リボンカチューシャ 7,875円／アプワイザー・リッシェ　黒リング 5,880円／アビステ

プリ♥クラアンケでわかった人気ヘア

How to arrange



1 太めのアイロンでリバースとフォワードを交互にスパイラルに巻いていく。顔まわりはリバースで華やかに。



2 トップの髪を両黒目の外側ぐらいの分量でとりポンパドールに。手前に押し出すようにして高さを出して。



3 こめかみから側頭部の髪はゆるめの三つ編みに。上に持ち上げるようにするとルーズ感が出てふんわり。



4 ポンパドールのつけ根を隠すように、横からもってきた髪を巻きつける。ボリュームが出てバランスも◎。



5 スプレーをつけてから軽くもみ、ウエーブを広げるようにする。このひと手間で華やかエアリーな雰囲気に。

**新部宏美**さん（日本女子大学 3 年）



こちらもおすすめ

ドレスアップな大きめリボンをチョイス

## リボンカチューシャ



〈右〉黒×ビジューリボンカチューシャ 1,260円／L.CHANCE渋谷 109-②店　〈下〉赤リボンカチューシャ 5,460円／CA4LA　〈左〉薄ピンクスパンコールリボンつきカチューシャ 1,680円／la Bala(SANYO SHOKAI)

# ゆる可愛

イベントシーズン到来！　華やかなパーティー仕様からカジュアルなアレンジまで、最旬のゆる可愛

撮影／星山和樹（BIEI・モデル）、原口二朗（静物）
スタイリング／大日方理子
●取材店リストは254ページにあります。

Best 3

ニュアンス美人な極ゆる感がセクシー

# 極ゆるハーフアップ

(担当：LIPPS omotesando　溝口さとみさん)

**大人っぽいハーフアップ**が気になる。(宏美)　**ゆるふわハーフアップ**でパーティーに行きたい。(麻里奈)　たまには**色っぽいアレンジ**をやってみたい。(彩)　**アシメトリーアレンジ**で友達と差をつけたい。(優香子)



完成まで 8min.

ほんのりセクシーな揺れ毛先に彼の視線もクギづけ♡

白×黒バイカラーワンピ 12,600円／BE RADIANCE　ヒョウ柄リボンバレッタ 315円／パリスキッズ原宿店　パールロングネックレス 12,600円／アビステ



Side



Back

How to arrange



1 トップの髪をとって、右から左にフォワードにねじってとめる。横ポンパふうに。前髪は残す。



2 1のすぐ下部分はアシメトリーになるよう、太・細の2つの毛束を作り5回交差する。



3 頭部の髪も5回くらいねり、左の耳の後ろまでもていき、3カ所くらいピでしっかりとめる。



4 ワックスをつけた手で髪を握って空気をふくませる。ボリュームを出して華やかさを出すように。



5 バレッタは、ねじった部分隠すように、やや前めにとめる。前のほうが可愛らしい雰囲気に見える。

こちらもおすすめ

ビッグリボンで旬の可愛らしさをゲット

## リボンバレッタ



黒×白リボンクリップ、シルバースパンコールリボンバレッタ 各315円／パリスキッズ原宿店　リボンは約12〜15cmの大きめが今っぽくておすすめ。トレンド柄かキラキラ系がおしゃれに見えます。



完成まで 0min.

パッとまとめて即キュートな愛され♡ふわくしゅヘア

Best 4

カジュアルをキュートに見せる魔法のアレンジ

# くしゅ可愛ゆるだんご

(担当：GARDEN　榎本智美さん)

**おウチデート**は絶対**カジュアルなおだんご！**(彩)　パステルのシュシュ使って**くしゅゆるおだんご**をしたい。(麻里奈)　男女ともに**ほめられるのはおだんご！**(有紀子)　**短くてもおだんご**ってできるの？(由佳)



Side



Back

グレー×白ボーダーカーデ 5,775円／セシルマクビー　ファビュラス　ファーリボンシュシュ 3,990円／Jou Jou　グリーンストーンネックレス 9,450円／イマノエル　ベアトップ、スカート／ともにスタイリスト私物

How to arrange



1 頭のてっぺんよりやや下に結んで、ポニーテールを作る。トップより少し下にすることでゆるさを出す。



2 シュシュをつけたら、ワックスをもみこんでボリュームを出す。ここでしっかりボリュームを出して。



3 根元に向かって指でしごくように逆毛を立てる。おだんごができなくてもボリュームでおだんごふうに。



4 ポニーテールを結び目に向かって3、4カ所、放射状にとめていく。毛先は3〜4cm残して遊びを出す。



5 バランスを見てシュシュの位置を調整。シュシュの場合はちょっとゆるめに、隙間があっても可愛い。

こちらもおすすめ

キュートな色や形を選んでお目立ち♡

## シュシュ＆飾りゴム



〈右〉モコモコリボンつきシュシュ、〈中〉ピンク系モコモコシュシュ 各315円／パリスキッズ原宿店　〈左〉ニットシュシュ 2,100円／シャーロット ロンソン　ボリュームがあるので失敗もしにくく、初心者さんにおすすめ。



完成まで **12min.**

おしゃれ度ランクアップ！令嬢ふうな上品さが魅力

ベージュワンピ 29,400円 ／Honey mi Honey ストール 5,145円 ／ BE RADIANCE スイングピアス 17,850円 イマノエル

*Best* 5

Ray誌面でも人気急上昇の最新アレンジ

# ボブふう大人シニヨン

（担当：LIPPS omotesando　溝口さとみさん）

一気に**女度UPなヘアアレンジテク**教えて。(友里)　髪は切りたくないけど、流行**ボブふうにイメチェン**したい！(宏美)　雑誌で気になる**ボブふうアレンジ**に挑戦したい。(永梨奈)　**次、流行するアレンジ**って？ (彩)



Side



Back

*How to arrange*



1 前髪は残し、トップの髪を少し多めにとり、ダッカールでブロッキングして下準備をする。



2 2つに分けておさげに。ボブの長さになる位置から三つ編みをゆるくする。毛先は丸めておく。



3 三つ編みをえり足に向かって折りたたむ。指に巻きつけるようにゆるやかに折りこむのがポイント。



4 1で残しておいた髪がまとめた三つ編みをおおうようにふんわりかぶせ、フェイクボブふうにアレンジ。



5 残しておいた前髪はリバースに巻いて、華やかさを出す。この大人っぽいニュアンス作りが仕上げのキモ。



こちらもおすすめ

女らしさを演出する揺らめきがリッチ♡

## シャンデリアピアス

〈上〉ゴールドピアス 1,365円、〈右〉カラーストーンスイングピアス 1,575円／ともにL.CHANCE渋谷109-②店 〈左〉黒ピアス1,950円／アクセサライズ原宿店動くたびに揺れて、キラキラに光る輝きに視線も集まります。

*Best* 6

360度女のコっぽさをアピールできる♡

# 華やぎポニーテール

（担当：Tierra　三笠竜哉さん）

**パーティー**仕様な**ポニーテール**が知りたい。(彩)　うなじがキレイに見える**ポニーテールってセクシー**♡(有紀子)　セレブみたいな**スカーフ**アレンジに挑戦(紗代子)　**ポニーテールをおしゃれ**に見せるには？(美沙)

*How to arrange*



1 毛束を少なめにとり、太めのアイロンで中間までスパイラル。フォワードとリバースのミックス巻き。



2 後ろがたるまないようにあご先を上げて、耳の高いところまで引っぱるようにしながらポニーテールに。



3 スカーフを約8㎝くらいの幅にたたみ、ポニーテールの根元に巻いていく。大きめのリボン結びに。



4 ポニーテールにした部分を小分けにとり、コームで逆毛を作る。小分けにして作業するとエアリー感が出る。



Side



Back

こちらもおすすめ

上級なおしゃれっぽさがきわだつ

## 縦長スカーフ

〈右〉幾何学プリントスカーフ 9,450円／イマノエル 〈左〉スパンコールグレーストール 4,830円／SmackyGlam (SANYO SHOKAI) リボンの大きさや長さなどお好みにアレンジできるスカーフは使いやすく、おしゃれに見えて便利。



完成まで **8min.**

軽やかに揺れる毛先でスイートな華やかさを演出♡

黒坂優香子さん
（大妻女子大学2年）

ブルー×黒ドット柄ワンピ 8,925円／LagunaMoon 黒スパンコールスカーフ 4,725円、クラッチバッグ 6,825円／ともにDURAS ambient ネックレス 7,350円、ゴールド3連バングル、黒バングル 各12,600円／以上アビステ ハートピアス 3,675円／Jou Jou

ふわくしゅ感が最高のスイート♡ヴィンテージ

# Best 7 ふんわりツインテール

（担当：Tierra　三笠竜哉さん）

簡単だけど可愛く見える**ヴィンテージふうなアレンジ**を知りたい。(優香子)　**子供っぽく見えないおさげ**ってあるの？(友里)　話題の**カチューム**が似合うヘアスタイルは？(彩)　不器用さんでも**失敗しない**アレンジ教えて。(美沙)



完成まで 10min.

リラックスムード漂う真冬のロマンチック♡ヘア



Back　Side

白花柄ワンピ 5,985円／セシルマクビー　ファーベスト 34,650円／Honey mi Honey　ベルト 3,990円、バタフライネックレス 1,470円／ともに Brownie bee　カチューム 315円／パリスキッズ原宿店

*How to arrange*



1 細いアイロンで、フォワード、リバースのＭＩＸで根元まで巻く。ランダムに巻くとカジュアルな印象に。

2 ２つに分けた毛束を耳下で結ぶ。結び目をゆるめに少したるませておくとルーズ感がほどよく出る。

3 結んだ束の外側の毛を少しとり、結び目を隠すように巻きつけピンでとめる。少しおくれ毛が出ても◯。



4 結んだ束を、毛先から根元までコームを動かして逆毛を立て、十分なボリュームを出すようにする。

5 カチュームをなるべく前の位置につけ、ランダムにバランスを見ながら、トップの髪をコームで引き出す。

こちらもおすすめ

**セレカジふうなこなれ感が出る！**

## カチューム



〈右〉ピンクリボン×ゴールドカチューム 1,890 円、〈左〉パールカチューム 1,365 円／ともにL.CHANCE渋谷109-②店　〈中〉黒×ゴールド編みカチューム 1,260 円／BE AN ANGEL　カチューシャよりカジュアルな雰囲気に。

小顔効果が狙える！　上級ハットアレンジ！

# Best 8 サイドシニヨン×ハンサムハット

（担当：Bivo　榊原章哲さん）

人気の**ハットを使ったおしゃれなアレンジ**を知りたい。(由佳)　**サイドシニヨンで大人の女らしくカッコよく**まとめてみたい。(宏美)　**おしゃれに差が出る辛口なアレンジ**ってどうやるの？(彩)



完成まで 8min.

一瞬であか抜ける上級アクセントなハット☆トリック

**千葉由佳**さん
（二松学舎大学４年）

ピンクプ.トールつきニットワンピ 18,900 円／アプワイザー・リッシェ　黒ハット 9,975 円／イマノエル　ハートピアス 840 円／Brownie bee



Back　Front

*How to arrange*



1 頭をトップ、後頭部、えり足と３つに分けてブロッキングする。毛束をねじってとめておく。

2 えり足の毛を左の耳下に全部もってくるようにねじってとめ、サイドにボリュームを出す。



3 後頭部の毛も同様にねじりながら、左端に寄せてとめる。ミディアムさんも３つに分ければくずれにくい。

4 トップの毛束を半分に分け、左右それぞれ三つ編みする。分け目はジグザグにしてカジュアルに。

こちらもおすすめ

**かぶるだけでクールにキマる便利な一品**

## ハンサムハット



〈上〉スタッズつき白ハット 3,675 円／ピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店　〈下〉ヒョウ柄ハット 29,400円／CA4LA　流行のハットはヒョウやスタッズなどワンポイントありのデザインがおすすめ。

## できそうでできなかった お悩み解決ワンポイント Lesson

### お悩みFile 1

編み込みがうまくできない…



**横ではなく下へ編んで**

編み込みが浮いたり、太くなってしまうのを避けるためには、編み込みを横ではなく、編んでる方向の下に向かってとっていくと、頭皮に沿った均一な太さの編み込みができる。

### お悩みFile 2

ポンパのボリュームが出ない…



**前方にギュッと押し出して**

頭頂部から前の髪をとり、毛束を２回ほどねじったあと、ギュッと前に押し出すようにふくらみをもたせて、ピンで固定するのがポイント。ピンは２～３カ所でしっかりとめる。

### お悩みFile 3

ゆる巻きでも華やかさを出したい…



**顔まわりはスパイラルに巻いて**

顔まわりに華やかな印象を演出するためには、スパイラル巻きがおすすめ。毛束が重ならないように少しずつらせん状に巻いていくことで、ふんわりゴージャスな印象に。

Best 9

おしゃれスパイス投入できる最旬ヘア

# セレブふうタイトおだんご

(担当：Tierra　三笠竜哉さん)

**ニコール・リッチー**みたいな**タイトなおだんご**に挑戦してみたい。(紗代子)　セレブスナップでよく見る**フェザーアクセ**が気になる。(永梨奈)　カジュアルすぎず、**フォーマルな服にも合うおだんご**が知りたい。(友里)



大胆フェザーで作る洗練アレンジで大人っぽさを印象づけ

完成まで 8min.

チェック柄ワンピ(ベレー帽&ベルトつき) 6,930円／セシルマクビー　ブルー×赤フェザーカチューシャ 1,575円／L.CHANCE 渋谷109-②店　太バングル9,870円、細バングル 9,240円／ともにアビステ　ネックレス 7,245円／アドワイザー・リッシェ


Front


Back

How to arrange


1 あごと耳の延長上の高めの位置でポニーテールを作る。下すぎると野暮ったく見えてしまうので注意。


2 ワックスをつけてくずれにくくした毛束をおだんごにする。高さを出すため斜め上に引っぱる。


3 おだんごから毛束を引っぱるようにして、遊びを出す。くずれないようにスプレーでキープする。


4 カチューシャをつける。前髪のはえぎわが隠れるくらい、前寄りのほうが小顔効果も出てバランスがいい。



こちらもおすすめ

大ヒットのフェザーでおしゃれ度急上昇！

## フェザードレス

(上)ベージュ&ブラウンフェザー×ピンクリボンクリップ 9,555円／CA4LA　(右)ベージュリボン×フェザークリップ 2,730円／ユニックパーヴェールダンス　(左)ブルーフェザークリップ 2,940円／PROPORTION BODY DRESSING

Best 10

ワザあり辛口アレンジでイメチェン

# ロックふうポンパドール

(担当：Bivo 榊原章哲さん)

**ロックな服に合う強めスタイル**を知りたい。(宏美)　**土屋アンナ**さんみたいな**ロックふうアレンジ**が気になる。(彩)　**前髪ポンパをカッコよく**作ってみたい。(紗代子)　**人とかぶらない**おしゃれなアレンジってある？(永梨奈)

How to arrange


1 えり足を残しながら、それ以外の毛を6つにブロッキングして、中太カーラーで5分ほど巻き下準備を。


2 トップの髪を前後に分けて後ろを結ぶ。それを土台にして、残した上の髪をふんわりかぶせる。


3 後頭部を4つにブロッキングする。小分けにしてねじることでニュアンスが出て、後ろ姿が華やかに。


4 ブロッキングした毛束をとり、①サイドに3～4回ねじりながら②の土台にとめていく。


5 残しておいた前髪をポンパにする。前にギュッと押し出すようにとめるとポンパに高さが出てロックふうに。


Back


Side



トップはふんわりサイドはタイトなメリハリ☆ロック

完成まで 15min.

白スタッズつきワンピ 9,345円／LagunaMoon　ハートフープピアス 9,450円／イマノエル　茶スタッズつきグローブ 1,575円／DURAS ambient



こちらもおすすめ

一点投入するだけでおしゃれ度も格上げ！

## インパクト小物

スタッズつきベレー帽 11,250円／ノースコーナー　スタッズバングル 4,200円／イマノエル　ちょっと辛口に仕上げたいときに、ポイントになるのがインパクト小物。小物なら挑戦しやすいし、クールにキマるから活用度も大。

## Salon Information


**Bivo**

ビーヴォ　㊟東京都渋谷区神宮前 4-13-9 表参道LHビル B1　☎03・5772・9771　㊢11:00～21:30(火～金)、10:00～20:00(土)、10:00～18:00(日・祝)　㊡月曜、第3火曜　http://www.bivohair.jp　自宅で再現しやすいヘアスタイルを作ってくれると評判。


**Tierra**

ティエラ　㊟東京都渋谷区神宮前 6-28-3 神宮前6 8953ビル B1　☎03・6418・8005　㊢12:00～20:00(月)、11:00～21:00(水～土)、10:00～19:00(日・祝)　㊡火曜、第3月曜　http://www.tierra-net.co.jp　必ず似合うヘアを作ってくれる頼れるサロン。


**LIPPS omotesando**

リップス オモテサンドウ　㊟東京都渋谷区神宮前 5-9-2 テラッツァ表参道ビル 1F　☎03・5468・0158　㊢12:00～21:00(火～金)、11:00～21:00(土)、10:00～20:00(日・祝)　㊡月曜、第1・3火曜　http://www.lipps.co.jp/　悩みに応じたヘアを提案してくれる。


**GARDEN**

ガーデン　㊟東京都渋谷区神宮前 6-12-18 THE ICEBERG ビル 5F　☎03・5468・8686　㊢12:00～22:00(火～金)、12:00～19:00(土・日・祝)　㊡月曜　http://www.garden-hair.jp/　ガラス張りの開放的な店内。おしゃれでエアリーな動きのあるスタイルが人気。

お悩みFile 4

おだんごがまとまりにくい…



**逆毛を立ててボリュームUP!**

指にハードワックスをつけたあと、毛先から根元にかけて指でしごくように逆毛を立てボリュームを出す。あとは毛先をとめていくだけで簡単にゆる可愛おだんごができます。


お肌にたっぷり!全身化粧水
ママもパパも家族みんなで美肌水
19page.com
天使の美肌水
ヒアルロン酸の天使の美肌水
天使の美肌水
防腐剤・香料無添加
天使の美肌水
お問い合わせは、メールか電話でこちらへ
0120-666-843 【受付時間】平日/9時～18時, 土曜/9時～13時
(日曜・祝日休み、通話料無料、携帯電話からも利用OK)
[メールアドレス] bihada@tensi.jp [ホームページ] http://www.tensi.jp
大明化学工業株式会社 〒399-4511長野県上伊那郡南箕輪村 3685-2

# 赤西仁

映画初出演にもかかわらず、『BANDAGE バンデイジ』で映画初主演を飾った赤西仁。彼が「天才」とつぶやく小林武史監督の作品はどんな映画に仕上がっているのだろうか!? クールな表情の裏に隠された作品にかけるアツい思いを聞いてみた。

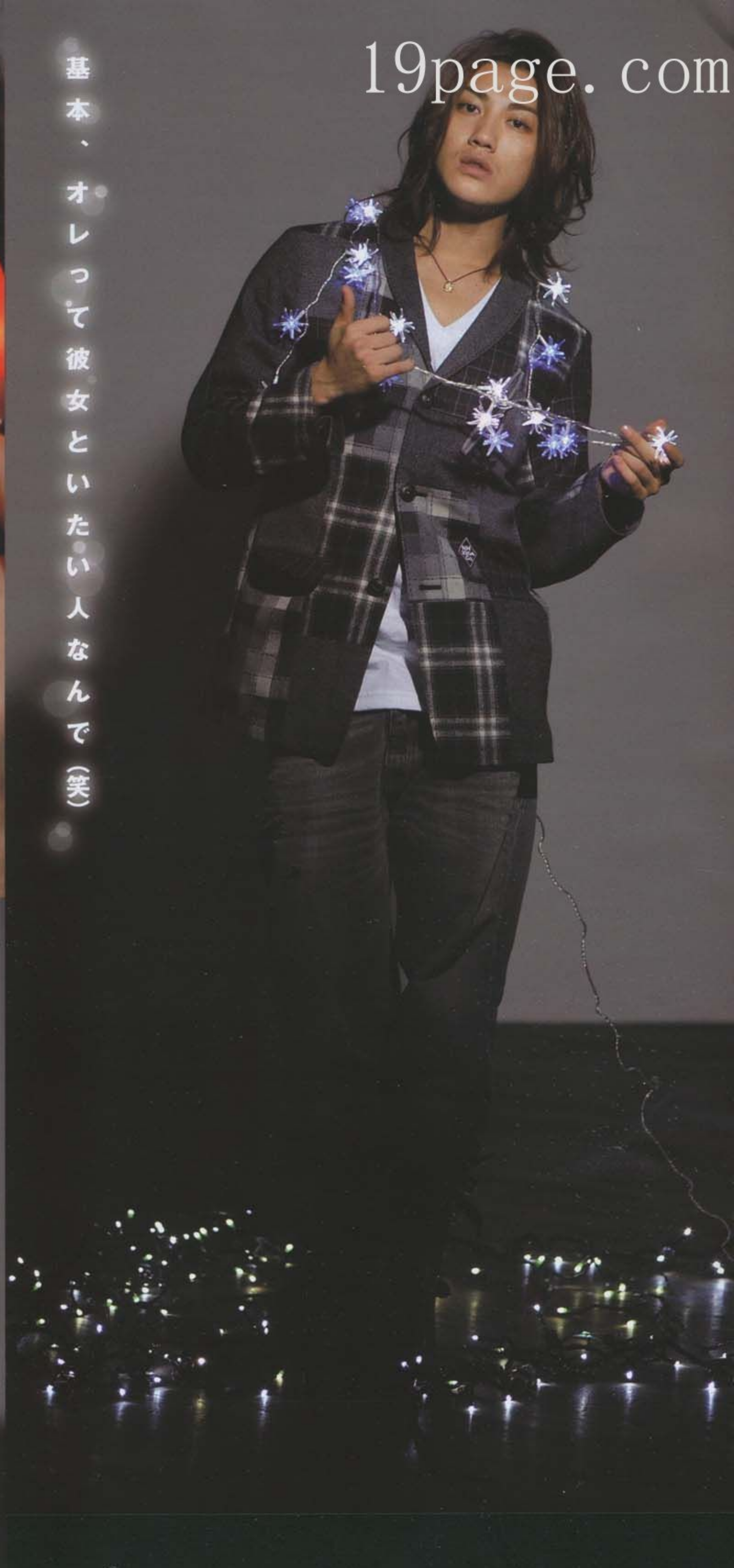
撮影／若原瑞昌(D-CORD) スタイリング／野友健二
ヘア&メイク／豊福浩一(メーキャップルーム) 取材・文／今泉

●取材リストは254ページにあります。









基本、オレって彼女といたい人なんで（笑）

Information

**映画『BANDAGE　バンデイジ』1/16公開**



90年代のバンドブームを背景に、ナツ（赤西仁）がボーカルを務めるロックバンド"LANDS"はメジャーへの道を進もうとしていた。そんなナツたちバンドメンバーに女子高生のアサコ（北乃きい）を交え恋、友情、確執が激しくからむ青春群像劇だ。

Profile★あかにし・じん●1984年7月4日生まれ。東京都出身。映画で赤西が歌うLANDSの曲がそのままの名前で「BANDAGE」として発売中。またKAT-TUNのライブDVD「KAT-TUN LIVE Break the Records」も発売中。



# Special Day

Ray ☆ Close-up
Jin Akanishi

ブーツ 71,400円／シェラック
ェラック プレスルーム）
スタイリスト私物

Merry Xmas

## オレはナツとまったく違う
## あんなに優柔不断じゃないから

クールな瞳でこちらを見ながら「すごい独特の世界観があって、まるでひとつのアルバムのPVを見ているようだった」と初めにいい放った赤西仁。彼が「PVのよう……」というのは初主演を務めた映画『BANDAGE バンデイジ』のことだ。普段、決しておしゃべりではない赤西が断言する言葉には少なからず説得力がある。劇中では〝LANDS〟というバンドのボーカル、ナツを演じているが、実際にはどう思って芝居をしていたのだろう。

「自分の未完成なところが、もろにオモテに出ているのがナツ。音楽が単純に好きなヤツなんだなって思いながら演じてた。といってもあらかじめ役を作っていったわけじゃない。撮りながら現場の流れでナツを演じていた感じがする。ただ、オレとナツはまったく違うかな。ナツほど優柔不断じゃないし、あんなに迷わない。好きになったら毎日会いに行くから(笑)」

意味深な言葉を残す赤西だが、映画でナツがキスしたのはアサコ(北乃きい)というLANDSファンの女子高生だ。

「アサコはLANDSのマネージャーみたくなってくんだけど、あんな女のコのマネージャーがいたら現場が楽しいだろうね(笑)。でも、彼女を魅了したLANDSの音楽を作ったのは、監督を務めた小林(武史)さん。あの人はやっぱり天才だなって思った。映画の世界観にものすごく合ってる気がするし、オレの好きな雰囲気が物語にモロ出てる。だから主題歌の『BANDAGE』もKAT-TUNの赤西仁じゃなく、ナツとして曲に一番合ったいい形になるよう歌ったんだ。いつも自分が聴いてる音楽じゃなかったけど、すごく好きになった曲だね」

ナツとはまったく違うといいつつ、ナツ同様好きな女のコに、いつもそばにいてほしいという。

「クリスマスだからって特別なことはしない。好きな女のコがいたら、いつも一緒にいてほしいだけ。まぁ、料理は作ってほしいけどね。そのとき、くっちゃくちゃな笑顔を見せてくれたら最高！ それとナツみたいに自分の弱さを好きな女のコにだけに見せるようなことはないかな。オレは結構、仲がいいと友だちにも弱っている自分を見せちゃうほうだから(笑)」

AKB48 板野友美 責任編集

## 第2弾は1冊ほぼ丸ごと❤ハワイで撮り下ろし!!

大好評ファッションマガジン『TOMOCAWAII!』の続編は、「ハワイに行きた～い!!」という編集長の願いが早くも実現! 贅沢にも1冊丸ごとハワイで撮影しました。抜けるような青空のもと、水着あり、ウエディング姿あり…「アイドルの王道」でお届けします★

# TOMO HAWAII!

TOMO CAWAII! VOL.2 In Winter

●定価:1995円(税込み) 978-4-07-270142-3







1冊まるごとぜ～んぶイケメグ!

# イケメグ

人気モデル 池田恵のつくり方❤



イケメグスタイルに欠かせないお気に入りショップ、自己流ヘア&メイク最新バージョン、プライベートライフまで全部見せ! 池田恵のキレイの秘密がわかる、キュートな魅力全開のスペシャルブック。

●定価:780円(税込み) 978-4-07-269274-5

******* ゆっくり楽しく走るとキレイになれる! *******

# ジョギングBEAUTY

キレイでおしゃれな美ジョガーのためのスロージョギング入門書。走ることでキレイをキープしている人気モデルたちのインタビューをはじめ、読者の体験談も多数掲載!

S-Cawaii!特別編集

●定価:690円(税込み) 978-4-07-269972-0

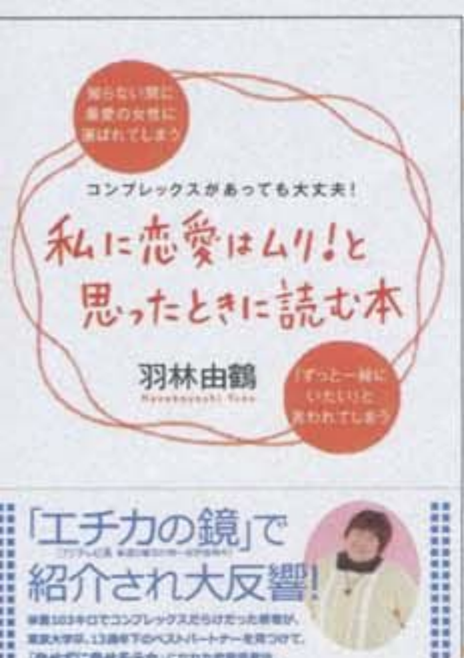



# 決定版 伊達式 ぜい肉リセットダイエット

「食べたいものを食べてキレイにやせる!」が、いまどきダイエットの新常識! ストレス&リバウンド知らずの夢のようなダイエット本!

監修/伊達友美 管理栄養士 ●定価:780円(税込み) 978-4-07-269073-4




# 私に恋愛はムリ!と思ったときに読む本

コンプレックスがあっても大丈夫!

体重103キロで、コンプレックスのかたまりだった著者が自ら実践した「モテ女」になれる恋愛&コミュニケーション術とは? 多くの女性の人生を変えた恋愛テクニックのすべてを教えます!

テレビで紹介され いま大人気! 『やせずに幸せモテ女』が待望の文庫化!

羽林由鶴

●定価:690円(税込み)

978-4-07-270679-4

主婦の友社
★http://www.shufunotomo.co.jp
■主婦の友社コールセンター
書店様ご注文・お問い合わせ ☎049-259-1122 / 書店ご不便の際の読者様窓口 ☎049-259-1236
★書名コード(ISBN)を付記しました。ご注文等にご利用ください。

15分以内で完成！ 3ステップでできる！ カレが喜ぶ 誰でも簡単にできる！

# おウチごはん♡絶品レシピ

「カレに料理を作ってあげたい！」と思っても、準備も大変、時間もかかるじゃなかなか実現できないことも。今回は料理初心者さんでもすぐに作れて、おなかも満足なレシピをお届け♪
参考にして、カレのハートをしっかりキャッチして♥

撮影／MIHO　スタイリング／諸橋昌子　フードコーディネート／市瀬悦子

**おウチごはん3po**

1. **カレを待たせずでき**
手早く、すぐに料理を出すことが大切。のレシピはすべて15分以内でできちゃう
2. **満足のガッツリメニュ**
簡単でも、ボリュームのない料理じゃカレ胃袋はつかめない！　しっかりごはんが鉄則
3. **見た目も可愛く仕上げ**
味がおいしいのはもちろん、盛りつけやスタイリングも大事。女のコ度も断然アップ。

いつもと違うおしゃれパスタに
思わず笑顔がこぼれそう♪



time 11分

とろりとしたトマトクリームが決め手！

## きのこと厚切りベーコンの トマトクリーム・フェットチーネ

きのことジューシーな厚切りベーコンの食感がグー！　トマトの酸味でクリームも濃厚すぎない仕上がりに。もちもちフェットチーネは、普通のパスタに変えてももちろんOKです！

**材料 2人分**

- フェットチーネ……160g
- しいたけ……3個
- しめじ……1／2パック
- 厚切りベーコン……60g
- トマト……中1個
- にんにく(みじん切り)……1片分
- 生クリーム……1パック(200㎖)
- 塩、こしょう、オリーブオイル……各適量

**作り方**

1. たっぷりの熱湯に塩ひとつまみを入れ、フェットチーネを袋の表示(7〜8分)を目安にゆでる。しいたけは石づきを落として薄切りに、しめじは小房に分ける。ベーコンは棒状に切り、トマトは1㎝角に切る。
2. フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れて加熱し、ベーコン、きのこを順に中火で炒める。きのこに火が通ったらトマトを加えて炒め、トマトの色がオレンジ色に変わったら、生クリームを加えて煮立たせる。
3. ②にゆで上がったフェットチーネとゆで汁をお玉1杯加えてさっと混ぜ合わせ、塩、こしょうで味をととのえる。

point!



**トマトの色をチェックして！**
トマトを炒めると、赤からオレンジ色に。ここが生クリームの入れるベストタイミング！　グツグツと煮立たせて、濃度をつけて。

**advice!**
トマトはさっと炒めるだけですぐ色が変わるので、きのことベーコンを炒めたあとに入れて。パスタをゆでる前に塩を入れるのは、味を引き締め、コシを出すため必ず入れてね。

# 定番メニュー

理。手早く作れて、ちょこっとアレンジを加えたおしゃれメ
ゲアップ！




分をトッピングしたアレンジメニュー

## じゃがカレー風味

ろの味の定番で男のコに人気の肉じゃが。
ー粉を加えてちょっぴりスパイスシーに。

分

| | |
|---|---|
| ………2～3個 (300g) | A ┌だし汁………1 1/2カップ (300㎖) └砂糖、酒………各大さじ1 |
| ………1／4個 | みりん、しょうゆ……各大さじ2 |
| ………70g | カレー粉………小さじ1 |
| ………適量 | サラダ油………適量 |



**アクはえぐみのもと。しっかりとって！**
アクはしっかりとることが大切。味も見た目も断然UPします。アクが徐々に真ん中に集まってきてからとるとキレイにとれる！

作り方

1. じゃがいもは皮をむいて4等分にしてラップをし、電子レンジ(500W)に2分かける。玉ねぎはくし形に、牛肉は食べやすい大きさに切り、三つ葉はザク切りにする。
2. 深めのフライパンにサラダ油を中火で熱し、①のじゃがいも、玉ねぎを炒め、じゃがいもの表面に透明感が出てきたら、Aを加え混ぜる。煮立ったらみりん、しょうゆを順に加え混ぜ、牛肉を広げて入れる。再び煮立ったら弱めの中火にしてアクをとり、落としぶたをして、コトコトと小さな泡が出る程度の火加減で5～6分煮る。
3. じゃがいもに竹串がスーッと通るようになったら、落としぶたをとり、カレー粉を加え混ぜ、火をやや強めて全体を混ぜる。水分をとばして仕上げ、器に盛りつけ、三つ葉をのせる。

**advice!**
深めのフライパンを使うほうが、鍋で煮るよりこげにくく、くっつきにくい！　洗い物もラクチンに。また、落としぶたがない人は、アルミホイルやオーブンシートで代用しても◎。




**advice!**
ーで、ムラにならないよう、
っかり練り混ぜることがポイ
す。焼き色がついたとき、最
を一気に強めることで、カリ
た仕上がりに！

カリッカリの食感がやみつきに

## パリパリ羽根つきぎょうざ

香ばしいごま油の香りと、こんがりと焼き色のついたぎょうざは、
ごはんがすすむおかずの鉄板。豪華に見える羽根つきレシピでお届け。

材料 10個分

| | |
|---|---|
| 豚ひき肉………60g | ぎょうざの皮………10枚 |
| キャベツ………小1枚 | サラダ油、ごま油………各適量 |
| 長ねぎみじん切り……大さじ1 | B ┌水………1／2カップ └小麦粉………大さじ1 |
| しょうがみじん切り…小さじ1／2 | しょうゆ、酢、ラー油……各適量 |
| A ┌しょうゆ、酒…各大さじ1／2 ごま油………小さじ2 └塩、こしょう………各少々 | |

point!



**パリパリを作るのは小麦粉がカギ**
普通なら水だけのところを、小麦粉を入れることで羽根つきに。小麦粉がしっかりとけるまでよく混ぜ合わせたら一気に流し入れて。

作り方

1. キャベツは水にくぐらせたらラップで包み、電子レンジ（500W）で1分加熱して冷水にとり、粗みじん切りにして水けをしぼる。
2. ボウルに①のキャベツ、豚ひき肉、長ねぎ、しょうが、Aを入れて混ぜ合わせ、10等分にして皮にのせて包む。フライパンにサラダ油を熱し、包んだぎょうざを並べ入れ、よく混ぜたBを注いでふたをする。中火で4～5分、水分が少なくなるまで蒸し焼きにする。
3. ふたをとって水分をとばしたらごま油をまわし入れる。羽根にいい焼き色がつくまで焼き、最後に火を強めてから盛りつける。好みでラー油、酢、しょうゆをつけていただく。

さんの愛されメニュー

## っとろ半熟オムライス

ードに包むのもいいけど、半熟のほうが簡単♪　ふわっふわな卵は、
瞬間とろける感覚。たっぷりケチャップをかけて召し上がれ。

分

| | |
|---|---|
| ん………2皿分 | バター………30g |
| ………8尾 | 牛乳………大さじ1 |
| ………大さじ2 | 塩、こしょう………各適量 |
| ーム(水煮)…30g | ケチャップ、パセリみじん切り |
| ………4個 | ………各適量 |



**半熟卵にするには大きくかき混ぜる！**
卵を流し入れたら少し火を弱めて、余熱でかためていく。このとき大きく混ぜ合わせるのがコツ。細かく混ぜるとポロポロ卵に。

作り方

1. 温かいごはんに、バター10g、殻をむいたボイルえび、コーン、マッシュルームを加え混ぜ、塩、こしょうで味をととのえて器に盛りつける。
2. フライパンに残りのバターを熱し、割りほぐした卵に塩、こしょう、牛乳を混ぜ、流し入れる。全体を大きく混ぜ、とろとろの半熟状で火を止め、①のごはんにのせる。
3. 仕上げにケチャップをかけ、パセリのみじん切りをふる。

**advice!**
今回は混ぜ合わせるだけでOKなえびピラフ。洗い物が少なくてすみます♪　卵は余熱で十分かたまるので、さっとかき混ぜたら火はすぐ止めてしまって大丈夫です。食べるとき、ちょうどいいとろとろ感に。



みんなが大好きな
人気メニューをアレンジ

# アゲあり



肉じゃが、オムライス……etc. 誰も
ニューをご紹介。 これでおウチの




**advice!**
鶏肉は、まんべんなく粉をつけないと、ムラができてしまうので注意！ ねぎソースは、ほかの肉料理に合わせてもおいしいので、作り方を覚えておくと便利ですよ♪

カリッとした衣は永遠の主役おかず

## 鶏のから揚げ ねぎソースか

衣をつけて、揚げ油を入れて……となかなか面倒なイメージのから揚げ。
でも、ビニール袋を使えば手も汚れずラクチンなんです！ ぜひ試してみて。

**材料 2人分**

- 鶏もも肉………大1枚（300g）
- A しょうゆ、酒………各大さじ2
- A しょうが汁………小さじ1／2
- 片栗粉、小麦粉…………各大さじ2
- 揚げ油……………………………適量
- B 長ねぎ（みじん切り）…1／4本分
- B しょうが（みじん切り）…1／2片分
- B しょうゆ…………………大さじ1
- B 酢、砂糖、水、ごま油…各小さじ2
- リーフレタス………………適量

**作り方**

1. 鶏肉はひと口大に切り、ビ
れてAを加えてもみ込み、
てなじませる。その間にBを
ねぎソースを作る。
2. 別のビニール袋に片栗粉、
て混ぜ、①の鶏肉の汁けを
えたら、袋の外から粉を肉全
3. フライパンに2～3cm深さ
注いで170℃に熱しておい
きゅっとにぎって粉をしっ
ながら加える。ときどき、
ら揚げ、最後に温度を上げ
上げ、油をきる。リーフレ
器に盛りつけ、Bのねぎソー

**point!**



小麦粉、片栗粉が
おいしい衣の秘訣！
粉を混ぜたビニール袋に鶏肉を入れる。あまりもみすぎるとだんご状になってしまうので、軽くたたきながらまぶすのがポイント。

マヨネーズをからめて焼いた濃厚な味

## コクうまジンジャーポークプレート

和の定番、しょうが焼きもワンプレートに盛りつければおしゃれカフェメニュー。
マヨネーズのコクがジューシーな肉にからんで、味わい深い1品に。

**材料 2人分**

- 豚ロース薄切り肉……………6枚
- 玉ねぎ……………………1／4個
- A しょうゆ、酒、みりん…各大さじ1
- A おろししょうが…………1片分
- マヨネーズ……………………大さじ1
- 小麦粉、サラダ油…………各適量
- キャベツせん切り、貝割れ菜…………各適量
- 温かいごはん………………適量

**作り方**

1. 玉ねぎは薄めのくし形に切り、豚肉は小麦粉をまぶす。Aを混ぜ合わせておく。
2. フライパンにサラダ油を熱して豚肉を焼き、玉ねぎはフライパンのあいたところを利用して炒める。肉がこんがりと色づき、玉ねぎがしんなりとしたら、マヨネーズとAを加えてからめる。
3. 器に②とキャベツのせん切り、貝割れ菜、ごはんと一緒に盛りつける。

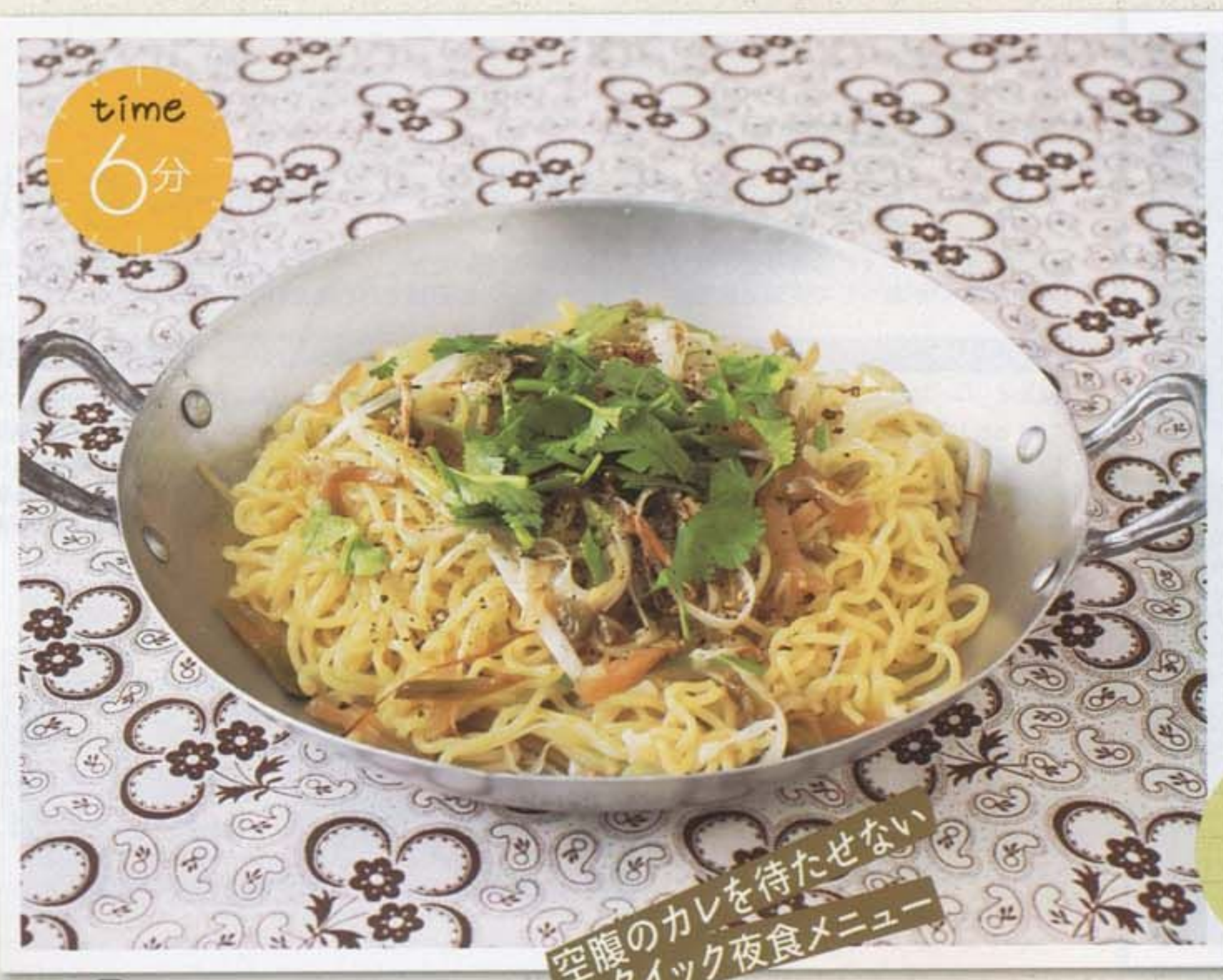
**point!**



小麦粉をまぶして
たれをからませやすく
小麦粉を豚肉にたっぷりまぶし、はたいてから焼くとたれがよくからむ！ 肉をたれに漬け込む時間を短縮できるのでおすすめ。

**advice!**
時間の短縮を優先するなら、しょうが焼き用の肉より、豚ロース薄切り肉を選ぶと、火が入りやすいので早く焼けます。もしくは肉を食べやすいサイズに切っても。




ザーサイとにんにくがアクセント

## エスニック風塩焼きそば

夜食にもぴったりな塩焼きそば。材料が少なくても、にんにくやザーサイのうまみでしっかりとした味つけに。パクチーがあれば、仕上げに添えてエスニック風☆

**材料 2人分**

- 中華蒸し麺………………………2玉
- 長ねぎ……………………………1本
- にんにく（みじん切り）……………1／2片分
- ザーサイ…………………………20～30g
- 鶏がらスープの素………………小さじ1／2
- 酒…………………………………大さじ1
- 塩、こしょう、粗びき黒こしょう、ごま油……各適量
- パクチー（あれば）………………適量

**作り方**

1. 中華蒸し麺を耐熱の皿にのせてラップをかけ、電子レンジ（500W）で2分加熱する。加熱している間に、長ねぎは5cm長さのせん切りに、ザーサイは太いところがあれば細く切る。
2. フライパンにごま油、にんにくのみじん切りを入れて加熱し、香りがたったら長ねぎを中火で炒める。
しんなりとした
①の麺をほぐし
酒を加えてさっ
3. ②に鶏がらスー
こしょうをふり
えて器に盛りつ
粗びき黒こしょ
れば刻んだパク

**advice!**
ソース焼きそばと違って味が薄そうに思えるけど、ごま油やにんにくの風味でしっかりついていて美味！
ごま油とにんにくはこげやすいので、フライパンに入れてから火をつけて。

**point!**



炒める前
レンジで
蒸し麺が
れなくて
とも。炒め
プをし、
温めてお
くれやす

スペシャルな時間を
華やかレシピでお届け

# 特別な日の勝負ごはん

２人の記念日や誕生日など、特別な日に作る料理はカレも感激するはず。あっと驚く豪華な見た目で喜ばせてみて。もちろん材料少なめ、短時間で完成！




advice!
小麦粉は、肉のすみずみまでつける。まんべんなくつくように、しっかりはたいて落とすのもポイント。均一に小麦粉をつけていると膜になり、肉汁を中に閉じ込めてくれます。

**甘酸っぱいソースがチキンにマッチ**

## バルサミコチキン

ヘルシーで食べ応えも抜群のチキンソテー。とろりと煮詰めたバルサミコソースが上品な味わい。パリッとした皮目が香ばしくて、中はやわらかなお肉に舌つづみ！

**材料 2人分**

鶏もも肉…………大１枚（300g）
にんにく…………１／２片
塩、こしょう、小麦粉、オリーブオイル……………各適量
A［バルサミコ酢…………大さじ3
　 はちみつ…………大さじ1 1/2
イタリアンパセリ（あれば）…適量

point!



**最初に皮面からしっかり焼く**
肉の周囲が白っぽくなるまでしっかり皮面を焼く。皮をパリッとさせ、生焼けにもならない。ふたをしてじっくり中まで火を通して。

**作り方**

1. 鶏肉は半分に切り、皮を下にして数本切り込みを入れる。しっかりと塩、こしょうをふってなじませ、小麦粉をまぶす。
2. フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて中火で加熱し、①の鶏肉の皮面から焼く。途中火を弱め、皮面がこんがりといい焼き色になるまで、7〜8分かけてしっかりと焼き、裏返してふたをして中まで火を通し、器に盛りつける。
3. ②のフライパンをキッチンペーパーでさっと拭き、Aを加える。沸騰させながら、とろりとするまで軽く中火で煮詰める。塩、こしょう少々を加える。②にかけ、あればイタリアンパセリを飾る。

**…うまみが詰まったイタリアン**

## …クアパッツア

…理がたったの 12 分で完成！　アクアパッツァは、水で魚を煮込むことからこの名…の。カレもきっとびっくりしちゃうはず☆

**…分**

…ずきなどの白身魚）切り身……………2切れ
……………150g
……………10個
……………１／２片
…フィレ）……………2枚
…ル……………大さじ2
……………１／２カップ
…イタリアンパセリ（あれば）……………適量

**作り方**

1. たいに塩、こしょうをふってなじませる。フライパンにオリーブオイル大さじ１とにんにくを入れて熱し、たいの皮面から中火で焼く。こんがりといい焼き色がついたら、裏返して身の面もしっかりと焼く。
2. フライパンに残った油をキッチンペーパーでしっかりと拭きとり、砂抜きして洗ったあさり、ミニトマト、刻んだアンチョビと水を加え、ふたをして強めの火加減で煮汁を沸騰させる。
3. あさりの口が開いたらふたをとり、残りのオリーブオイルを加え、煮汁をスプーンでたいにかけながら煮詰める。塩、こしょうで味をととのえ、器に盛りつけ、刻んだイタリアンパセリをふる。



**水を入れたらふたをして煮込む**
ブイヨンなどを使わず、シンプルに水を使って素材の味を生かして煮込むアクアパッツア。たいのほかすずきやたらなどの白身魚も OK。

advice!
たいは塩、こしょうをしっかりし、はじめによ〜く焼いておくこと。ここで身を締めて、煮込む時間を短縮しましょう。また、煮すぎると身がくずれてしまう原因にも！







**ワインのおともにピッタリ☆**

## バーニャカウダ

にんにくとアンチョビの香り豊かなソースで新鮮野菜をいただく、イタリアンでは定番人気の前菜。お店の味わいがおうちで実現できちゃいます！　お好みの野菜で召しあがれ♪

**材料 2人分**

にんにく……………………2片
アンチョビ（フィレ）……………7枚
オリーブオイル……………１／４カップ
好みの生野菜（ラディッシュ、大根、にんじん、リーフレタスの内側の小さな葉、セロリなど）……………適量

**作り方**

1. にんにくは薄皮つきのままトースターで 10 分ほど焼く。焼いている間に、野菜を食べやすく切って器に盛りつけ、アンチョビも細かく刻んでおく。
2. 焼いたにんにくは薄皮をとり、小鍋に入れてしっかりとつぶし、アンチョビも加え混ぜ合わせる。
3. ②にオリーブオイルを注いで弱火にかける。こがさないように１〜２分あたためてオイルに香りを移し、耐熱の器に入れる。②の好みの野菜をつけながらいただく。

advice!
小鍋に入れて弱火にかけるとき、温めすぎるとこげてしまいます！　香りを移す程度で OK。野菜は好みのもので。野菜不足を解消するのにぴったりな簡単レシピです。

point!

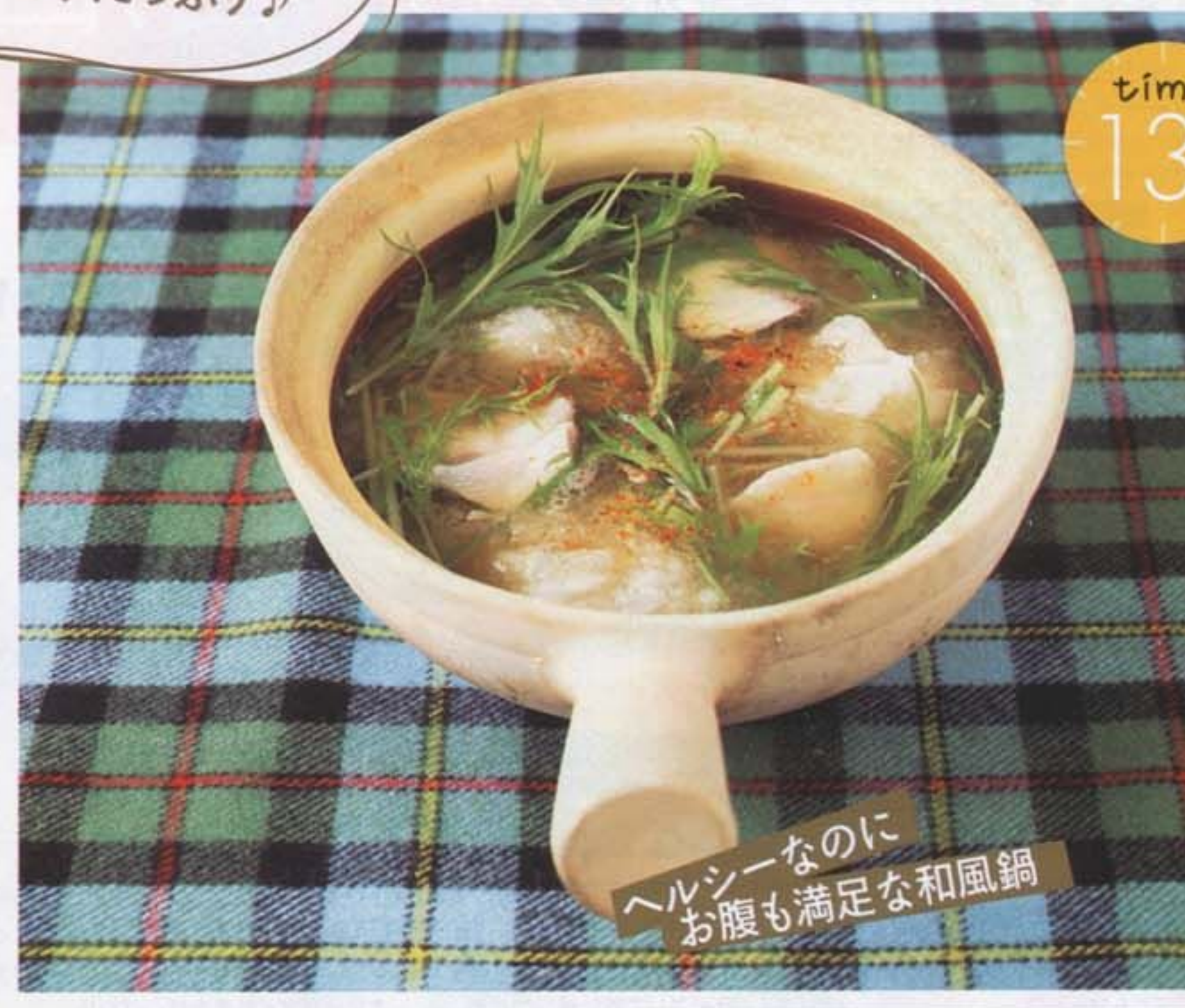


**皮つきのままにんにくを焼く**
本来にんにくは牛乳でじっくり煮るのを、トースターで焼くことで時間短縮に。オーブンシートを敷き、中がやわらかくなるまで焼く。

# ふたり鍋レシピ

超簡単なのに
うまみたっぷり♪

寒い冬は、心も体も温めてくれる鍋が恋しい季節♥　大人数もいいけど、
2人でほっこり楽しむのもGOOD。ヘルシーなのもうれしい！




**ぶりと大根おろしの絶妙な組み合わせ**

## ぶりと水菜のおろし鍋

シンプルな和風鍋。冬の旬魚、ぶりのうまみを存分に生かし、水菜と大根おろしでさっぱりした風味をプラス。材料は少なくても、十分味わい深い鍋が完成♪

**材料 2人分**

ぶり切り身……2〜3切れ
塩、片栗粉……各適量
水菜……1／2束
大根おろし……1／2〜2／3カップ
だし汁……31／2カップ
酒……1／4カップ
A［しょうゆ……大さじ1／2
　 塩……小さじ1／2
七味唐辛子……適量

**作り方**

1. 鍋にだし汁、酒を入れて煮立たせる。
2. ①を加熱している間に、ぶりを3等分ほどのそぎ切りにし、塩をふり、片栗粉をまぶす。水菜はザク切りにする。
3. ①がひと煮立ちしたらAを加え、②の片栗粉をまぶしたぶりを加えさっと煮る。大根おろしを加え温まったら、水菜を加え、七味唐辛子をふる。

point!



**ぶりがかたくならないように下準備**
そぎ切りにして、火の通りをよくしたぶりに、片栗粉をしっかりとまぶす。片栗粉をまぶすことで、やわらかく仕上がる。

advice!
ぶり、大根おろしを入れて煮たあと、水菜を加えたら、グツグツ煮すぎないこと。せっかくの水菜のシャキシャキ感がなくなってしまいます。また、色が悪くなってしまうことにも。






**ほくほくおいも入りの韓国風鍋**

## じゃがキムチ鍋

キムチの効果で体も温まるピリ辛鍋は、最後のシメにおじやにしたり、麺類を入れても楽し
う！　じゃがいもは火が通りやすい大きさに切ると◎。

**材料 2人分**

じゃがいも……3個
玉ねぎ……1／2個
豆腐（木綿）……1／2丁
白菜キムチ……150g
水……4カップ
鶏がらスープの素……小さじ2
A［みそ、しょうゆ……各大さじ1〜2
　 鶏がらスープの素……小さじ1
　 塩、こしょう……各適量
ごま油、万能ねぎ（小口切り）……各適量

**作り方**

1. じゃがいもは皮をむいて縦
1.5cm厚さの半月切りにし
す。玉ねぎはくし形に、豆
すい大きさに切る。
2. 鍋に水、鶏がらスープの素
のじゃがいもを加えて火に
ゃがいもがやわらかくなる
分煮たら、玉ねぎを加え、
3. ②にAを加え混ぜ、豆腐、
え、ひと煮する。仕上げに
わしかけ、万能ねぎをふる

advice!
じゃがいものほくほく感、キムチのシャキシャキ感、豆腐のやわらかさと、いろんな食感を楽しめる鍋。それぞれの食感を残すために、あまり煮すぎないよう気をつけて。

point!



**仕上げにご
まわしかけ**
豆腐、キムチ
ひと煮したら
ごま油をさっ
かけるのが
コクと香りが
UP！




**香ばしいキャベツがたまらない♪**

## 焼きキャベと豚肉のみそ鍋

香ばしく焼いたキャベツと、豚肉のうまみがたっぷり。みその風味が味わい深い一品です。大きめのキャベツで見た目も豪華！　おろしにんにくを加えることがおいしさをアップする決め手です。

**材料 2人分**

キャベツ……1／2個
豚肩ロース薄切り肉…150g
しょうが（せん切り）……1片分
だし汁……5カップ
酒……1／4カップ
A［みそ……大さじ2〜3
　 しょうゆ……大さじ1
　 おろしにんにく……少々
サラダ油……適量

**作り方**

1. 鍋にだし汁、酒、しょうがのせん切りを入れて煮立たせる。
2. ①を加熱している間に、キャベツは芯をつなげたまま小さめのくし形切りにする。フライパンにサラダ油を熱し、キャベツを並べ入れ、切り口両面に焼き目をつける。
3. ①の鍋にAを加え混ぜて、②のキャベツ、豚肉を加える。キャベツがしんなりとするまで軽く煮る。

point!



**キャベツの甘みと香ばしさが◎！**
キャベツは芯つきのまま、くし形切りにしたらフライパンで焼き、しっかりと焼き目をつける。香ばしさとコクが出て、見た目も豪華。

advice!
水分がとんでしまうとみその風味も一緒にとんでしまうので、強い火でグツグツ煮ないこと！　味も濃くなりすぎちゃいます。小さな泡が出る程度に、やさしくコトコト煮て。

10分以内で作れて
おつまみにピッタリ

# クイック居酒屋メニュー

ちょっとしたおつまみを、パパッと作れる女のコがまさに料理上手。お酒がすすみそうなメニューから、おしゃれなカフェ風のレシピまでバリエ豊富にご紹介☆




オリーブオイルとバジルの風味

## トマトとモッツァレラチーズのカプレーゼ

**材料 2人分**

モッツァレラチーズ……1個(100g)
ミニトマト……4個
オリーブオイル、塩、粗びき黒こしょう、バジル……各適量

**作り方**

1. モッツァレラチーズは6枚にスライスして器に盛りつける。
2. 4等分に切ったミニトマトをのせ、軽く塩、こしょうをふって、オリーブオイルをかけ、バジルを飾る。




ビールのおつまみにグー！

## 大根とベーコンのさっとソテー

**材料 2人分**

大根……12cm
にんにく(みじん切り)……1／2片分
ベーコン……3枚
塩、粗びき黒こしょう、オリーブオイル……各適量

**作り方**

1. 大根は1cm太さの棒状に切る。ベーコンは細切りにする。
2. フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて加熱し、香りがたったら大根を炒める。大根に透明感が出てきたら、ベーコンも加え炒め、塩、粗びき黒こしょうで味をととのえる。






思わず手が止まらなくなるおいしさ！

## アボカドディップ&チップス

**材料 2人分**

アボカド……1／2個
クリームチーズ……40g
塩、こしょう……各適量
コーンチップス……適量

**作り方**

1. アボカドは、種と皮を取り除き、ザク切りにしてしっかりとつぶす。
2. 冷蔵庫から出してやわらかくしたクリームチーズを①に練り混ぜ、塩、こしょうで味をととのえる。コーンチップスにつけながら食べる。




小腹がすいたときにおすすめ

## 厚揚げのピザ風

**材料 2人分**

厚揚げ……2個
玉ねぎ……1／16個
トマト……小1／4個
ピーマン……1／2個
ウインナソーセージ……1本
ケチャップ、ピザ用チーズ……各適量

**作り方**

1. 玉ねぎは薄切り、トマトは1cm角に、ピーマンは輪切り、ソーセージは小口切りにする。
2. 厚揚げをオーブントースターの天板にのせ、ケチャップをたっぷりぬり、ピザ用チーズ、①の具をのせる。
3. 予熱したトースターで7～8分を目安に、こんがりとチーズがとろけるまで焼く。




甘いかぼちゃとさっぱりきゅうり

## かぼちゃサラダ

**材料 2人分**

かぼちゃ……1／8個(200g)
きゅうり……1／4本
A［マヨネーズ……大さじ1／2
　 おろしにんにく……少々
塩、こしょう……各適量
スライスアーモンド(あれば)……適量

**作り方**

1. かぼちゃはラップに包んで電子レンジ（500W）で3分30秒加熱する。あら熱がとれたら、スプーンで皮から身をすくい、ボウルに入れて粗くつぶす。
2. かぼちゃをレンジにかけている間に、きゅうりを薄切りにする。
3. ①のかぼちゃにAを混ぜ合わせ、きゅうりも加えてさっとあえ、塩、こしょうで味をととのえる。器に盛りつけ、あればさっとから煎りしたスライスアーモンドをふる。




ごま油とラー油が香ばしさをUP

## ねぎチャーシュー

**材料 2人分**

長ねぎ……1／2本
チャーシュー……30g
A［しょうゆ……少々
　 ごま油……小さじ1
　 ラー油……小さじ1／2

**作り方**

1. 長ねぎは縦半分に切って斜め薄切りにして2～3分冷水にさらす。チャーシューは細切りにする。
2. ボウルに水けをきった長ねぎ、チャーシュー、Aを入れてさっとあえる。



1/21

## 春を彩る新色で先どりメイク♪

マキアージュ、春のイチオシは美発色なルージュ。「グロッシーパーフェクトルージュ」は、とろける感触で、うるおい感あふれるぷっくりLIPを完成。なめらかなフィット感の「ラスティングパーフェクトルージュ」は、フィット&コーティング効果で落ちにくく、発色を長時間持続します。美形フォルムを作るリップライナーも合わせて使って。目元を彩るアイメイクの新色にも注目です。

↑〈右から〉マキアージュ アイズクリエーター(3D) 全5種[一部数量限定] 各3,990円、同 アイブローカラーワックス 全3色 各1,890円、同 ロングステイアイライナー(カートリッジ) 全6色[一部数量限定] 各1,260円、同 アイライナー&ブロー用ホルダー 945円、同 スムース&ステイリップライナー(カートリッジ) 全6色 各945円、リップライナー用ホルダーN 1,575円、同 グロッシーパーフェクトルージュ 全7色 各3,150円、同 ラスティングパーフェクトルージュ 全9色 各3,150円(すべて編集部調べ) 1月21日発売 ㈲資生堂お客さま窓口■0120・81・4710



12/26

## シアバター配合の美容液
## 乾燥カサカサ肌を撃退

本格的に乾燥する冬にオススメなのがコチラ。
タンから新登場の「シア リッチモイスチャー
は、シアバターが肌に栄養を与えてうるおいを
め、ふっくら肌へと導く美容液。高い浸透力で
ほどなめらかな手触りの肌を実現します！

←シア リッチモイスチャーセラム 30㎖ 5,775円 12月26日
ロクシタン ジャポン カスタマーサービス☎03・3234・6940



1/20

## 人気の「HTC®コラーゲン」からグミタイプが再登場！

美肌に不可欠なコラーゲン。2009年に発売し即完売した、「HTCコラーゲン」シリーズのサプリメントグミが数量限定で復活。個包装なので持ち運びに便利で、吸収効率のいいHTCコラーゲンをどこでもお手軽にとれるのが魅力です。ピーチのフルーティな味わいもやみつきに♪

→HTC®コラーゲン サプリメントグミ 1袋10粒 330円 1月20日発売 ㈲ファンケル■0120・750・210

# 最新コスメTOPICSをイチ早くCheck!

# Beauty Flash



1/2

## ヌーディなベージュカラーで大人フェイスに変身

光の立体効果でまぶたにメリハリを与え、印象的な目元をメイクする「アイファンタジスト」。今回、人気のベージュ系カラー3色が復活しました。ニュアンスが違う3つのベージュが大人な目元を演出。フィット性が高く、長時間ヨレないのもうれしい。

→ボーテ ド コーセー アイ ファンタジスト 新色3色 各2,625円 1月2日発売 ㈲ボーテ ド コーセー☎03・3273・1940



1/22

## クリーミーな感触のミルキーカラーで浮力UP

RMKから、とろけるような
ピュアな発色がキュートな
ップが登場。ホワイトベー
ラーに偏光パールをブレン
春らしい仕上がり。ホワイ
ジュ、ホワイトピンク、ホ
コーラルの3色から選んで

↑RMK イレジスティブル リップ
色3色 各3,150円 1月22日シーズ
売 ㈲RMK Division■0120・988・





1/1

## 美容エキスたっぷりのケアで弾力肌をゲット

ハリとツヤがある肌に仕上げる集中ケアアイテム、「エクセレント エンリッチエッセンス」が新発売。"ローヤルゼリー発酵エキス"をはじめ、エイジングに欠かせない成分がぎゅっとつまった美容液です。お休み前のお手入れにプラスすれば、翌朝、見違えるほどのぷるぷる肌を実感できるはず♪

←エクセレント エンリッチエッセンス 35㎖ 3,000円 1月1日発売 ㈲オルビス■0120・050・050



1/15

## ベビーなチークカラーで愛されFACEに

ポップな彩りが人気のマリークヮントのチークカラー。今回新たに2色が限定発売！ シルバーパールを配合したアクアブルーは、透明感のある色合いでさわやかな雰囲気。ピンクパールを配合したキュートなコーラルピンクは、ふんわりした発色がガーリーな装いを演出してくれます。

↑ブラッシュベビー〈チークカラー〉 限定色2色 各2,310円 1月15日限定発売 ㈲マリークヮント コスメチックス ジャパン■0120・53・9810



1/2

## ジャスミンティの香りの顔筋マッサージクリーム

人気のSUQQUのマッサージクリームに、限定で春にぴったりなジャスミンティの香りが発売。顔の筋肉をマッサージすることで顔全体の緊張をほぐし、血行を促進。くすみをなくし、シャープなフェイスラインに導きます。また、キメを整え、毛穴を目立たなくする効果も！

←スック マスキュレイトマッサージクリーム 茉花爽香(MATSUKASOUKOU) 200g 10,500円 1月2日数量限定発売 ㈲SUQQU■0120・988・761

1/22

## 大人可愛いジルの新色でロマFACEの完成♥

春のジルは、「Jewel Crystal Eyes」がテ
アイカラーは宝石を砕いたようなまばゆい
スイートさとパワフルさを持ち合わせた4
ト。チークの新色は4つの彩りと質感で、
スでも部分使いでもOK。透明感あふれるク
発色です。このほか甘いピンクカラーのリ
スター、ツヤのある膜が密着し、つけたて
がりを長時間キープするリップグロス、花
チーフにしたネイルカラーも見逃せません





↗〈右から〉ジルスチュアート ネイルラッカー N 新色5色[一部限定色] 各10㎖ 各1,575円、同 リップラスター新色1色 2,940円、同 ジェリー リップグロス 限定2色 各2,310円、同 ジュエルクリスタル アイズ 全4種 各5,250円、同 ミックスブラッシュ コンパクト 新色2種 各4,725円 すべて1月22日発売 ㈲ジルスチュアート ビューティ☎03・3273・1631



## ウルルがおりこうだったので撮影は本当に順調でした

もし、オオカミが生きていたら？ そんな壮大な夢を体現した感動映画『ウルルの森の物語』に出演する深田恭子さん。09年はコスプレキャラが多かった彼女だが、一転して千恵というネイチャー雑誌に写真を寄せる動物カメラマンを演じる。
「収録が行われた北海道はあまり雨が降らないということだったんですが、雨が多くてけっこう撮影は中断になりました。でも、そういうひとつの〝絵〟を大事にするっていうのが、強行スケジュールのドラマとは違う映画ならではの撮り方。

をはさんだりしたので、本当におだやかな現場だなって感じました」
ウルルというのは千恵の兄、大慈（船越英一郎）の子どもが見つけた子犬。しかし、ウルルが絶滅したエゾオオカミかもしれないという疑いが持ち上がる。
「ウルルは人なつっこくて、すごく可愛いんですよ。動物ものは大変だって聞いてたのに、ウルルはとてもおりこうさん。こんなに順調なこともあるんだって驚いたぐらいですから！ 私もメロンパンナというティーカッププードルを飼っていますが、ウルルの野性的な本能だったり、強さにはあこがれます。うちのメロンちゃんは甘えん坊だから旅先で迷子になっ

*Kyoko Fukada*

# 深田恭子

ふかだ・きょうこ●1982年11月2日生まれ、東京都出身。2009年には大河ドラマ「天地人」のほか「華麗なるスパイ」、映画「ヤッターマン」などに出演。2010年1月の新ドラマ「まっすぐな男」（フジテレビ系、火曜22時～）にも出演決定。

そうで。ウルルだったらニオイをかいでちゃんとひとりでも帰ってきそうじゃないですか。そういうウルルと家族との絆みたいなものはいいなって思いました」
2年前、日本中をあたたかな涙で包み込んだ映画『マリと子犬の物語』。本作はそのスタッフとキャストが再集結し、作られている。音楽を担当したのも久石譲だ。
「『マリと子犬の物語』がすごく好きだったので今回、自分もその中に入れたのが本当にうれしかったですね。以前から大ファンの久石さんにもお会いすることができたし。もちろん、音楽にも感動しました。でももし、ウルルみたいな可愛いオオカミがいたら、秘密にしてこっそ

### 『ウルルの森の物語』

（全国東宝系公開中）



©2009「ウルルの森の物語」製作委員会

昂（桑代貴明）としずく（北村沙羅）の兄妹は母親が入院したため、離婚した父親、大慈（船越英一郎）のもとにやってきた。はじめはとまどいを見せる2人だが、大慈の妹、千恵（深田恭子）のやさしさなどで心を開き始める。そんなある日、しずくが森の中で子犬と出会う。2人はウルルと名づけた子犬と幸せな日々を送るのだが……。

影／宮坂浩見　スタイリング／外山由香里　ヘア&メイク／板倉タクマ（nude.）　ネイル／若林友子　取材・文／今泉
材店リストは254ページにあります。

リング 37,800円／e.m.　ブーツ 57,750円／TSURU by MARIKO OIKAWA





## これぞ「EXILE」なデキに！

EXILE GENERATIONとテーマを掲げ、新メンバーの加入など新たな挑戦に挑んだ09年を締めくくる待望のニューアルバムが完成！

「09年は僕らにとってもすごく思い入れのある1年で、リリースした3枚のシングルでもEXILEが伝えたい思いをしっかりと詰め込むことができましたが、今回のアルバムに関しては09年頭から話し合いをはじめ約1年かけて作り上げたもので、どれをシングルカットしてもおかしくないクオリティーに仕上がり、今のEXILEのパワーを出し惜しみなく

そのゆるぎない自信はTAKAHIROの強くまっすぐな視線からも伝わってくる。実際、ボーカルの視点からもATSUSHIと2人で、時間がある限りプリプロしては、メンバーにプレゼンするなど楽曲選びの段階から気合いは十分だったようだ。さらに今回は作詞にも挑戦！

「『Your Smile』はひと聴きボレをした曲で、『愛すべき未来へ』というアルバムタイトルに対する自分なりの表現を歌詞に託しました。背伸びすることなく、今の自分ならではの言葉で未来に対するポジティブな思いをメッセージできたらなと」

今はまだ、心境的にもポジティブな言切ないバラードも好きで、いずれはそんな一面も表現していきたいという意欲も。また、今アルバムでは曲順にもこだわりを発揮し、初のTAKAHIROセレクトが採用されたとか。

「メンバーになったとはいえ、もともと〝ファン目線〟であったことは、僕の武器のひとつでもあると思うし。初心を忘れずにできることから貢献していきたいですし。やっぱり日本一のボーカリストであるATSUSHIさんの隣にいる心地いい責任感とプレッシャーをいい形で自分自身の成長のバネにしていきたい。2010年の課題や抱負もたくさんあるけど、しいてあげるなら、時間をつくってインプットすることも大切かなと思っています。そして、またみなさんに楽しんでいただけるエンターテインメントを表現していければと思います！ 期待していてください!!」

# TAKAHIRO

## [EXILE]

●1984年12月8日生まれ。06年に1万人を超える応募者の中からボーカルに選出されEXILEに加入。現在、EXILEとして日本テレビ系「EXILE GENERATION」（水曜24：59～）、TBS系「EXH（EXILE HOUSE）」（土曜24：00～）に出演中。

パンツ 32,550円／リーバイス（リーバイ・ストラウス ジャパン） ベルト 17,325円／Irdquois（Iroquois HEAD SHOP）

### 『愛すべき未来へ』

（3,059円／rhythm zone 発売中）

2年ぶりとなるオリジナルアルバム。大ヒットシングル「Ti Amo」から最新シングル「ふたつの唇」他、最新曲も盛り込んだ全15曲。ダンスナンバー、聴かせるバラードなど、何度聴いても飽きない楽曲ぞろい！

撮影／広岡雅樹（Scoot） スタイリング／野友健二 ヘア&メイク／千絵 取材・文／釣谷

●取材店リストは254ページにあり

# ew cinema information

## 『ソフィーの復讐』



©2009 SOPHIE PRODUCTION LTD. PERFECT WORLD CULTURE COMMUNICATION CO.,LTD. and CJ ENTERTAINMENT ALL RIGHTS RESERVED

●監督／エヴァ・ジン　出演／チャン・ツィイー、ソ・ジソ

### 韓中のスターが競演

婚約者にフラれた女流漫画家が、復讐を企てるドタバタコメディー。韓国のジソブが婚約者に扮し、中国語のセリフに挑戦しているのがミソ。韓中コラボの化学反応は起こるか!?

## 1/9 公開　『彼岸島』



©2010 松本光司 講談社・「彼岸島」フィルムパートナーズ

●監督／キム・テギュン　出演／石黒英雄、渡辺大、水川あさみ、山本耕史ほか　新宿バルト9ほか全国公開

### 高校生VS.吸血鬼

原作と俳優は日本、監督は韓国人という日韓コラボで実現したアクションホラー。行方不明の兄を捜すため孤島に出かけた高校生（石黒）が味わった恐怖！　体張ってマ〜ス。

## 『板尾創路の脱獄王』



©2009「板尾創路の脱獄王」製作委員会

●監督・主演／板尾創路　出演／國村隼、石坂浩二、ぽんち

### 芸人監督真打ち登場

「空気人形」など俳優としても大活躍の板尾が遂に監督業に進出。何度も脱獄と投獄を繰り返す男と看守の交流物語という発想が、いかにも奇才。海外映画祭からオファー殺到中。

## 1/15 公開　『かいじゅうたちのいるところ』



©2009 Warner Bros. Entertainment Inc.

●監督／スパイク・ジョーンズ　出演／マックス・レコーズ、キャサリン・キーナーほか　丸の内ピカデリーほか全国公開

### 少年と怪獣の友情!?

『マルコヴィッチの穴』の監督が、人気絵本を実写化したファンタジー。冒険好きの少年が紛れ込んだのは、ユニークな怪獣たちが住む島。そこで少年は王様を任せられるが……。

## 『オーシャンズ』



©2009 Galatee Films - Pathe - France 2 Cinema - France 3 Cinema - Notro Films - JMH-TSR

●監督／ジャック・ペラン&ジャック・クルーゾー　ナレーション／宮沢りえ　TOHOシネマズ日劇3ほか全国公開

### 海の世界を覗いてごらん

『WATARIDORI』の監督が、世界50カ所で海洋生物の生態をとらえたドキュメンタリー。美しいだけじゃなく弱肉強食の世界も、絶滅種の保護も訴える。2010年もエコの時代デス。

## 1/9 公開　『(500)日のサマー』



©2009 TWENTIETH CENTURY FOX

●監督／マーク・ウェブ　出演／ジョセフ・ゴードン＝レヴィットほか　TOHOシネマズシャンテほか順次全国公開

### 主演男優を青田買い

米でスマッシュヒット！　運命の恋を夢見る男と、真実の愛を信じない彼女の500日の恋の行方。主演のジョセフは次回作でディカプリオや渡辺謙と共演決定。

# Recommend CINEMA Hot-shot

Ray's RECOMMEND

『Dr.パルナサスの鏡』公開！

## 亡き名優のために……J・デップらがひと肌脱いだ！



### 不思議な鏡を抜けるとジョニーやジュードに！

08年1月に急逝した豪州俳優ヒース・レジャー。彼の遺作となったのがファンタジー映画『Dr.パルナサスの鏡』。ヒースの撮影シーンがまだ残っていたために完成が危ぶまれていたが、ジョニー・デップ、ジュード・ロウ、コリン・ファレルら親友たちが代役に名乗りをあげてくれたおかげで無事に完成。でも「3人が代役ってどうするの?」って思うでしょ!? これがうまいことできているのだ。

本作は、人間の欲望を形にする不思議な鏡を持つ、パルナサス博士率いる旅一座が巻き起こすファンタジー。ヒースは、一座に加わるナゾの青年トニー役なのだが、鏡を抜けて迷宮の世界へ行くとジョニーやジュードの姿になり、現世で再びヒースに戻るという仕組み。余計なCGを一切使っていないというアイデアが光るシーンが完成。ギリアム監督も「(ヒースの死という)状況が変わったことでイマジネーションがふくらんだ」と、予想以上のデキに満足している様子。

しかし、ジョニーたちの友情秘話はこれだけじゃなかった。今や大スターである彼らのギャラは超破格値。しかもギャラは全額、ヒースの遺児マチルダちゃんに寄贈。どこまで男前なんだッ！

そもそも資金難のまま撮影開始したがヒースの遺作となったことで製作費も無事調達。みんなのヒースへの愛が詰まった映画なのだ。

### 『Dr.パルナサスの鏡』

#### 鏡の迷宮にいらっしゃい！

1000才のパルナサス博士には秘密があった。不死と交換に娘を悪魔に差し出す約束を交わしていた。期限は3日後。博士は鏡の迷宮を使って賭けに出る。



●監督／テリー・ギリアム　出演／ヒース・レジャー、ジョニー・デップ、コリン・ファレルほか　1月23日よりTOHOシネマズ有楽町ほか全国公開



# 11/12 開催 H&M「新宿店」オープニングイベントに潜入！

スウェーデン発の人気ロープラブランド「H&M」が11月14日の開店に先がけ、オープニングイベントを開催。タレントやモデルなど豪華な顔ぶれが多数参加しました。

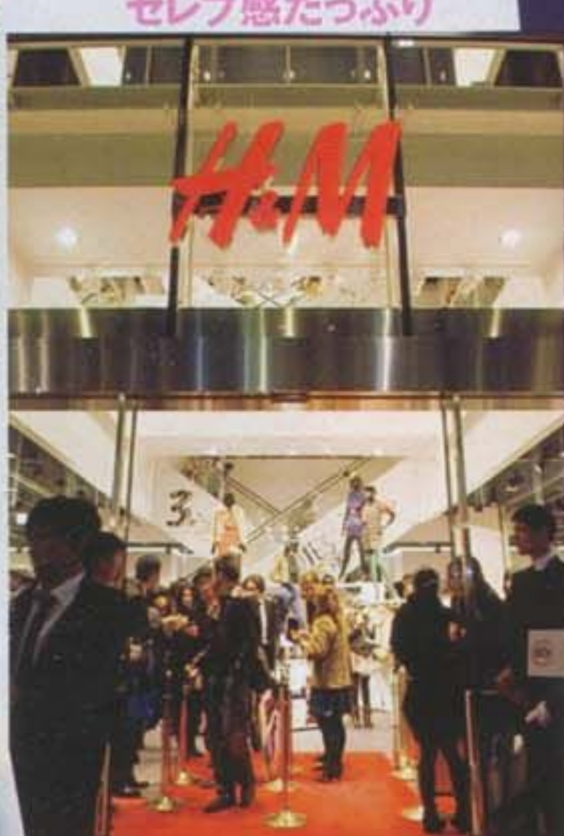
新作を夢中でチェックする会場の人々。





場にはDJブースも
り、大盛り上がり

レッドカーペットも敷かれ、セレブ感たっぷり



会場には多くの取材陣も訪れました。



Ray㋲の葛岡碧ちゃんも発見！

マニッシュルックにキメたクールな碧ちゃん。

## immy Chooとのコラボアイテムに話題集中！

勢丹新宿店の目の前にオープンしたH&M宿店。みんなの憧れブランド「ジミー・チュ」のコラボアイテムも一斉販売されました。つもより手の届く値段で大人気♪

会場：H&M新宿店
来場者数：約50…

# vol.71 注目セレブの最新newsをお届け！ 月刊Celebrity

## News ❤ check!　11/25 開催

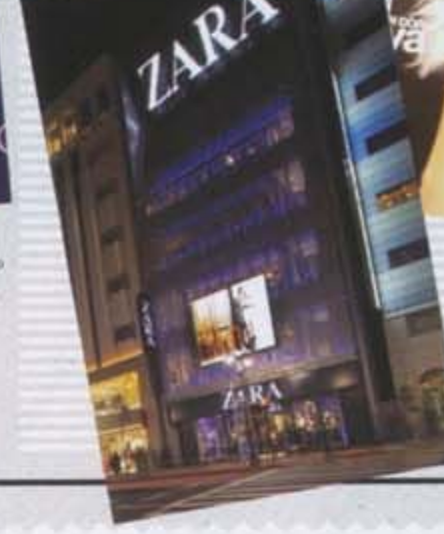
## ZARA「渋谷公園通り店」レセプションパーティーに密着！

### 豪華ゲストが集合した華やかなオープニング

記念すべき、日本50店目のZARA渋谷公園通り店。魅力は地上5階、1500㎡の広々としたフロア。マルイJAMのすぐ隣です。



道端ジェシカさんのセクシーなドレス姿



### スタイリッシュな建物にも注目

夜になると幻想的にライトアップ！

# Recommend ARTIST Pick-up



取材・文／佐久間裕子

## MISIA

### MISIAならではのバラードアルバムに！

2008年7月から始まった「星空のライブV」で全国をツアー中のMISIAが、待望のニューアルバムをリリース。新作『JUST BALLADE』は彼女の真骨頂であるバラードを集めた作品。代表曲のひとつである「EVERYTHING」、20%を超える視聴率のヒットドラマ『JIN—仁—』の主題歌として話題の「逢いたくていま」など、バラードの名曲を多数世に送り出しているMISIAの魅力が詰まった、ステキなアルバムに仕上がった。

「『MISIAってバラードシンガーですね』ってよくいわれます。私もバラードが好きなので、それは否定しません。でも実はMISIAのバラードには、これくらいの振り幅があるんですということを、今回のアルバムでは聴いていただけると思います」と本人が語っているように、さまざまなタイプのバラードを収録。

「逢いたくていま」、最新シングル「星のように」のような正統派から、ミディアムテンポの「僕のきもち」、アフリカンパーカッションを使った「バオバブの木の下」などなど、バラードといっても、いろんなテイストの楽曲があることに改めて気づかされる。

「バラードって、ゆっくりじっくりお話しするときのテンポでしょ。便利＝速いってことだと思われているいまの時代に、ゆっくり過ごす時間があってもいいと思います」

忙しい日常を少し忘れて、MISIAのあたたかくも力強い歌声に、耳を傾けてみては？

**profile**

ミーシャ●1998年「つつみ込むように…」でデビュー。日本を代表する女性シンガーとしてヒットナンバーを連発。現在ドラマ『JIN-仁-』の主題歌、「逢いたくていま」がヒット中。「星空のライブV Just Ballade」が大阪城ホール、横浜アリーナで行われる。

**『JUST BALLADE』**



バラードシンガーとしてのMISIAの振り幅の大きさがわかるアルバム。現在大ヒット中の「逢いたくていま」、映画「僕の彼女はサイボーグ」の主題歌に起用された「約束の翼」、最新シングル「星のように」などバラエティーに富んだ14曲を収録。

（3,059円／Ariora Japan　発売中）

# Live report

## ゆず

### YUZU ARENA TOUR 2009-2010「FURUSATO」

11/14 @横浜アリーナ



### ▸心あたたまるメッセージを届けたライブ

開始時刻になると、誰もが知っているあの"ラジオ体操第一"の音楽が。まずは観客全員でライブ前の準備運動だ。"深呼吸"が終わるころには不思議と会場全体に一体感が生まれ、ほのぼのとした空気の中ライブがスタートした。序盤は2009年10月に発売された9thアルバム『FURUSATO』の収録曲「桜木町」「Re:スタート」などで盛り上げる。MCでは北川が「今日もゆずは元気です♪」とさわやかにあいさつ。そのあと120%の笑顔で歌う北川と岩沢の姿は、グイグイと観客をひきつけていく。また、1999年のHITメドレーで「始まりの場所」や「サヨナラバス」「友達の唄」なども惜しみなく披露。スクリーンには彼らの当時の映像と同時に時事ニュースが映し出され、一曲一曲を振り返りながら、懐かしい気分にさせてくれた。

どの歌にもあたたかいメッセージがこめられているゆずの曲。この日もきっと、アリーナをいっぱいに埋めつくした1万3000人を超えるすべての観客を元気づけ、癒してくれたに違いない。

（取材・文／石田正人　撮影／木村篤史）



# new disc information

**ALBUM+DVD** 安室奈美恵

### PAST < FUTURE



170万枚を超えるセールスを記録した「BEST FICTION」を経て2年半ぶりのオリジナルアルバムが完成！　刺激的なダンスナンバーから超絶のバラードまで最新の安室奈美恵が1枚に！

（3,990円／avex trax　発売中）

**ALBUM** flumpool

### What's flumpool!?



2008年のメジャーデビューでブレイクした彼らの1stアルバム。「見つめていたい」「フレイム」「MW～Dear Mr.&Ms.ピカレスク～」などヒット曲を含む全16曲収録。

（2,480円／A-Sketch　12月23日発売）

**ALBUM+DVD** Every Little Thing

### Every Best Single ~Complete~



「Dear My Friend」「出逢った頃のように」「Time goes by」「fragile」……数々の大ヒットを送り出してきたELT初のコンプリートベスト盤が完成！　ボーナストラック1曲収録。

（初回限定盤4CD＋2DVD 4,300円／avex trax　12月23日発売）

**SINGLE** 桑田佳祐

### 君にサヨナラを



桑田佳祐のソロプロジェクトがついに始動！　2010年へのキックオフとなるシングルをリリース。大人の男のやさしさと哀愁を描いた、季節感あふれる珠玉の叙情的泣かせるナンバーに！

（1,260円／TAISHITA LABEL　発売中）

**ALBUM** Crystal Kay

### THE BEST REMIXES of CK



2009年にデビュー10周年を迎えたCrystal Kay。この10年の間に生み出されてきたそうそうたるアーティストによる珠玉のリミックス楽曲からセレクトした自身初となるリミックス集。

（2,100円／Epic Records　発売中）

**SINGLE** 福山雅治

### はつ恋



2010年3月にデビュー20周年を迎える福山雅治の新曲。「はつ恋」をテーマにした普遍的ラブソング。きっと誰もが心の中の大切な記憶として残している切ない思いを歌いあげるバラード。

（1,200円／UNIVERSAL・J　発売中）

**ALBUM** エミネム

### リラプス：リフィル



2010年に『リラプス2』のリリースを予定しているエミネムがファンを待たせたくないという思いから急遽新作をリリース！　7カ月前に大ヒットした「リラプス」の続編的アルバム。

（CD2枚組2,800円／UNIVERSAL MUSIC　12月23日発売）

**ALBUM** アリシア・キーズ

### エレメント・オブ・フリーダム



映画007最新作『慰めの報酬』でジャック・ホワイトとともに主題歌を手がけ、R&Bの垣根を越え、ポップフィールドにも進出。ますます目が離せない歌姫の第5弾アルバム。

（2,310円／SONY MUSIC JAPAN INTERNATIONAL　発売中）

**ALBUM** メアリー・J.ブライジ

### ストロンガー・ウィズ・イーチ・ティアー



クイーン・オブ・ヒップホップソウル＝メアリー・J.ブライジの最新9枚目のアルバム。ヒップホップ界の新星・ドレイクとの楽曲「ザ・ワン」やシングル「ストロンガー」を収録。

（初回限定価格盤1,680円／UNIVERSAL MUSIC JAPAN　12月23日発売）

# new book information

## 美人養成Library



フォトブック

### なりみやでした。

ブログにUPされた写真と文章を1冊に！

成宮寛貴著 1,470円／ワニブックス 今はもう見られないブログを集めたカジュアルフォトブック。さらに初公開のプライベートショットなども充実！

エッセイ

### …社へ行こう！

…びに効く
…の神社を大特集♪

…ツヤ子著 1,260円／主婦…社 男運がなかったマンガ…鶏肉ツヤ子先生が全国の神…まわり、彼氏をGETするま…追ったコミックエッセイ。





エッセイ

### キャメロン・ディアス Forever Girl

ハリウッドの頂点に上りつめた彼女を大解剖！

ブランドン・ハースト著 1,365円／ブルース・インターアクションズ 憧れのセレブ、キャメロン・ディアスの半生を振り返り、その生き方に迫る！

…セイ

### …の神さまBOOK

…結婚に悩むすべて…のコ、必見！

…著 1,260円／集英社 婚…食男子、不倫、三角関係…などなど、恋愛に関するり…な悩みを"小悪魔キャラ"で…じみの蝶々さんが解決！



---

# Recommend HUMAN Pick-up



## ロザン

### 高性能勉強ロボのルーツは幼稚園から始まっていた！

前作『京大芸人』では、芸人として売れるために、高性能勉強ロボ。宇治原さんを京大に入れるまでのことをつづり、10万部を突破！ そして、ついに待望の第2弾が発売。タイトルは『京大少年』。本作では、相方大好き芸人の菅さんが描く「宇治原ができるまで」がたっぷり収録されている。

「もう一度本が出せるとは全然思っていなくて。重版されたころから、また書きませんか、と声をかけてもらったんです」(菅さん)

「味をしめたな、味しめ本や(笑)」と横からツッコミを入れる宇治原さん。次は宇治原さんが書こうとは？

「いやいや、まったく。勉強法を教えてくれといわれて話すのはできますけど、それを書く自信はないですね。僕は相方さんの印税を分けていただきつつ……」(宇治原さん)

「僕はクイズの賞金を分けていただきつつ……(笑)」(菅さん)

どうやら、うまくバランスがとれているような2人。

幼稚園入園前から「賢かった」という宇治原さん。"高性能勉強ロボ"のルーツは幼少期にまでさかのぼる。

「次は何を書こうかと思ってるときに、相方から馬のエピソードを聞いたんです。幼稚園のとき、馬に大きな声で『ありがとう』といわなきゃいけなかった。でも、宇治原だけいわなかった。理由は『馬に話したって、わかるわけないやん』って(笑)。この話をきっかけに、本ができあがりましたね。宇治原のこういう話、僕好きなんですよ」(菅さん)

「みんなも、本当は同じこと思ってたんちゃいますかねぇ？ ただ、あれですよ。確かにこういう出来事はありましたけど、あくまでも小説ですから！ みなさん『ヒドイッ』って引かないようにｿ!!」(宇治原さん)

「僕が望んでいることは、本を読んだ人が宇治原のことを嫌いにならないでほしいってことなんです。面白がってくれたらうれしいですね」(菅さん)

相変わらず、驚くほどコンビ仲のいい2人。「誕生日は、電子手帳もらいました。僕は絵本を贈って」と菅さん。『京大少年』を読むと、そんなコンビ愛も伝わり、爆笑とともにあったかい気持ちになれます♪

### present

『京大少年』

大人になってからの勉強法も載ってます！

ロザンの菅広文さん著『京大少年』を、特別に3名にプレゼントします！ 思わず笑っちゃうのに、超ためになる！ 受験生、学生、社会人……みんなに読んでもらいたい1冊です♪ ぜひ応募して!! 希望者はハガキに住所・氏名・電話番号を書いて、〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9 主婦の友社Ray編集部「京大少年」係まで。締め切りは1月22日消印有効。当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

撮影／小見野みどり 取材・文／山口昭子

### profile

ろざん● 〈左〉菅広文、大阪府立大学経済学部中退。〈右〉宇治原史規、京都大学法学部卒業。1996年コンビ結成。『クイズ！紳助くん』『クイズプレゼンバラエティーQさま!!』『熱血！平成教育委員会』などに出演中。

### NEW BOOK

『京大少年』




1470円／講談社 ベストセラー『京大芸人』に続く爆笑小説第2弾！ 今回は幼少期から大人になるまでの宇治原さんを小説にアレンジ！

---

## COOL BOY Catch-Up!

# 中土居宏宜【Lead】

Hiroki Nakadoi



### このDVDで会える!!




『Lead Upturn 2009 ～Summer Day &Night Fever』

4,830円／ポニー・キャニオン 今夏に行った全国ライブツアーの最終日（東京・中野サンプラザ）をDVD化。絶賛発売中！

…臨場感ある…ライブをお届け！

…エキサイティングなパフォーマン…スに加え、舞台裏メイキングや楽…屋での素顔、リハーサル映像など…が満載！

### 『練習あるのみ！』その誠実さに胸キュン

ダンスユニット・Leadのリーダーを務める中土居クン。6度目の全国ツアーを収めたライブDVDでは、デビュー7年というキャリアが培う安定感ある歌声&ダンスを披露している。

「今回は明るく元気だけでない、しっとり大人な雰囲気の僕らも楽しめるはず！ もちろん、得意の体を張ったアクロバティックなダンスは健在です」

実際に会う中土居クンは、ものすご～く謙虚で穏やか。パフォーマンスで見せる力強さはどこからくるの？

「僕、実は心配性なんです。だから、1に練習、2に練習！ とにかく、練習しまくって、自信につなげる。ライブ前は練習で徹夜なんてことも」

そんな"努力家"の中土居クンは現在、バラエティー情報番組『もらえるテレビ』でレポーターに挑戦中。

「レポートするものの魅力を視聴者のみなさんに伝えるには、自然なリアクションが大切かなって。だから、温泉のレポートなら、リハーサルでは目をつぶり、温泉は見ない(笑)！ カメラが回ってから初めて見るみたいな。レポーター業は難しいけれど、そんなふうに自分なりに工夫しています」

…けなげで、どこかおちゃめな中土居…

### 中土居クンのプライベートをちょっぴりのぞき見



愛してやまない駄菓子・梅ミンツ。このおいしさを普及すべく、現場スタッフさんにおすそわけすることも(笑)。




事務所の大先輩・SPEEDさんのアルバム。昔から大好きでライブで観たまま…

### profile

なかどい・ひろき●1985年生まれ、大阪府出身。ダンスユニット・Leadのリーダー。現在、テレビ朝日系「もらえるテレビ」（毎週土曜朝9時30分～10時55分）にレギュラー出演するほか、雑誌などでも活躍中！

撮影／久保親平 取材・文／濱田恵理



# マイコ

ワンピース51,450円／イッサ ロンドン（ブリッジフィールド ショールーム） リング12,600円／キャバレー（プレス

できなかった思い出があります

康子が祖母から聞かされたのは70年前の淡い初恋の思い出だった……。映画『スノープリンス～』の冒頭シーンである。この康子を演じるのがマイコさんだ。劇中ではまだ幼い祖母の早代（桑島真里乃）と、彼女が恋した10才の少年、草太（森本慎太郎）とのはかない恋物語が中心となって描かれている。

「子どものころの恋って可愛いし、純粋だし、心が洗われる気がしますよね。誰にも懐かしい恋の思い出ってあるじゃないですか。この映画はきっと自分の若かりし日と重ねて観られるんじゃないかな。え、私ですか？ もちろんありますよ。小3のとき、お互い好きなのがわかっていたのに告白できなかった思い出が。まぁ、私の勘違いじゃなければですけど（笑）。とても短い撮影期間でしたけど、もう緊張しっぱなし。ただ年令も近いし、今まで演じた役の中では一番素の自分と近かったので、演じやすいというのはありました」

そんな彼女はアパレルで3年間働き、資生堂の企業CMでデビューしてから女優になったという異例な経歴の持ち主。

「もともとバレリーナになりたかったんですけど16才のとき挫折して、途方にくれていた時代があるんです。女優も表現するという意味ではバレエと一緒。そのときからキラキラした世界で働きたいってあこがれはありましたね。実際、この世界に入ったのはかなりあと。働いていた同僚が事務所の人を紹介してくれたのがきっかけだったんです」

作品には心に残るセリフが多かったというマイコさん。早代の母親、きよ（檀れい）の言葉だ。

「『冬はどうして寒いか、知ってる？ 人の温かさを忘れないように神様が寒い季節をお作りになったの』とか、すごいピュアな映画だなって思いました。まっすぐなメッセージがいっぱい詰まっているので、ぜひ観てください」

撮影／mika（f-me） スタイリング／阪本幸恵 ヘア&メイク／平井寛功（HAIR DIMENSION 2） 取材・文／今

## 『スノープリンス 禁じられた恋のメロディ』

（全国ロードショー公開中）



昭和11年、草太（森本慎太郎）は貧しいながらも絵描きになる夢を持つ少年だった。そんな草太の心の支えは愛犬のチビと幼なじみで村一番のお嬢様、早代（桑島真里乃）だ。2人は周囲の反対をよそに心を通わせるが……。



まいこ●1985年3月15日生まれ、東京都出身。資生堂の企業CMでデビュー。映画『山のあなた～徳市の恋～』ではヒロイン役に抜擢。『山形スクリーム』『ブラック会社に勤めてるんだが、もう俺は限界かもしれない』など、話題の映画に出演。

# AVILLA STAGE

## 第1回 シンデレラ&プリンス コンテスト







グランプリ 2010年AVILLAよりTV出演デビュー!!

準グランプリ他 AVILLA STAGEより順次TVデビュー!

**眞鍋かをり・小倉優子につづく**
**世代の男・女テレビタレントを発掘!**
**お笑い部門コンテスト同時開催!**

























### 募集部門

▸テレビタレント ▸モデル ▸お笑いタレント ▸声優

### 主な所属タレント

藤崎奈々子・山川恵里佳・眞鍋かをり・小倉優子・宇恵さやか
佐藤ゆりな・杉本治貴・阪口拓嗣・ミラクルひかる・クリス松村 他

### 募方法

**▸携帯から応募!**
下記アドレスに空メールを送信いただくかQRコードをご利用ください。
**avillastage@ktai.at**

**▸パソコンから応募!**
アヴィラステージ 検索 ホームページアドレス **http://www.avilla-stage.jp**

**▸郵送で応募!**
〒108-0075 東京都港区港南4-6-6 ブリーズタワーII 4004
アヴィラ ステージ「シンデレラ&プリンスコンテスト」Ray10-01係

**第1回コンテスト最終応募締切**
(当日消印有効)
第1回 **12/31(木)**
第2回 **1/31(日)**

資格/6~35歳までの男女※特定のプロダクション等と契約されていない方。
方法/右下の応募用紙にご記入の上、下記住所までご郵送ください。(携帯サイト・パソコンからもご
けます)※オーディション日は申込み応募順となります。後日オーディション日時をお知らせします。
ィション時に審査料2,000円が必要です)

## AVILLA STAGE
アヴィラ ステージ

LA STAGEは、芸能プロダクション(株)AVILLA直結の育成機関となります。

に関するお問い合わせ(携帯・PHSからもOK!) フリーコール **0120-957-763**

0075 東京都港区港南4-6-6 ブリーズタワーII 4004 TEL 03-6860-0411

アヴィラ ステージ「シンデレラ&プリンスコンテスト」Ray10-01係

| | | |
|---|---|---|
| (フリガナ) 氏名 | 男・女 | 希望ジャンル テレビタレント・モデル・お笑いタレント・声優 ※いずれかを○で囲んで下さい。(同時応募可) |
| 生年月日 ※西暦でご記入下さい。 | 年 月 日生まれ( )歳 | |
| 〒 ー (フリガナ) 住所 | | |
| 電話・携帯番号 ( ) | 身長 cm / 体重 kg | |
| e-mail | | |

※郵便番号・電話番号・メールアドレスを必ず記入して下さい。※お送りいただいた応募情報は審査以外での使用はいたしません。
※コピーしてご利用下さい。

# NEWS OF THE NEW ①

## 人気通販カタログPJの最新号が登場！




「PJ」はメールオーダーのセレクトショップ。今流行しているもの、これから流行しそうなもの、見ているだけでうれしくなるものが満載のハッピィなカタログです。最新号は人気モデル&アーティストが勢ぞろい！特集はホリデーシーズンに欲しくなる、赤い下着をお届け。PJでしか買えないコラボ商品も満載なので、お見逃しなく！ ㊐ピーチ・ジョン 0120・066・107 http://www.peachjohn.co.jp

## 内と外からのWストレッチ効果でピンとした目元に




日本の自然が持つ豊かな生命力を、肌の力にする自然派コスメブランドとして誕生した**「草花木果」**。このたび、「小じわ」「たるみ」「くま」など複合化しやすい目元を積極的にケアする高機能アイクリーム（15g、4,410円）が新登場！ 大豆発酵エキス、ごま油配合のハリ感フィット成分など古くから日本に伝わる植物の力などを生かしています。ほのかな100%天然ゆずの香りも人気の秘訣。㊐キナリお客さま相談室 0120・47・3999

## お手ごろ価格で楽しめる女性らしいきゃしゃジュエリー



「繊細で神秘的、それでいて力強い」がコンセプトの**ブリリアントアロー**からウインターコレクションが発売されました！ 高品質なスーパーキュービックジルコニアを使用した「ブリリアントアロー」（写真8,400円）。その優美なフォルムは、高度なカット技術と厳選された品質管理のもとに生み出された本物の証です。デートや通学シーンに華やぎをプラスしてくれます。㊐ブリリアントアロー事業部 0120・577・185 http://www.brilliant-arrow.com/

## arnie arnold palmer× claskyコラボ商品発売決定!!



2009年は**アーノルド パーマー**日本上陸40周年！ これを記念して、キュートなチャームが人気のclaskyとのコラボが実現しました！ アーノルド パーマーおなじみの傘マークやパーマーチェックがアレンジされたとってもキュートなオリジナルバッグチャーム（ウサギチャーム 7,140円、クマチャーム 8,190円）が完成♪ プレゼントにも最適なチャームは売り切れ間違いナシなので、お早めに！ ㊐レナウン☎03・5496・8511

## 美しくなりたい女性のための「ザ・コラーゲン」

冬は忘年会や新年会などイベントが盛りだくさん♪ 女性にとって、とくにキレイでいたいシーズンなのに、気温低下や乾燥によるダメージを受けやすいのも事実です。さらなる美しさのためには、毎日の肌のお手入れのほかに、体の内側からのケアが大切！ **「ザ・コラーゲン」**は美を生み出す力をしっかりとサポートする美容食品です。美しくなりたいすべての女性の願いを叶えます。㊐資生堂お客さま窓口 0120・81・4710







## デカ目、史上最大！[※1] インパクトのある目元に

**メイベリン ニューヨーク**からマグナム級７倍[※2]ボリュームマスカラ「ボリュームエクスプレス マグナム ウォータープルーフ」（1,260円）が登場！ コラーゲン配合[※3]、まつ毛一本一本をふっくら太く、濃くし、ボリュームアップ！ まつ毛を根元からリフト&ボリュームアップしてダマになりにくく、美しい仕上がりが続き、インパクトのある大きな目元を演出します。スプーンのような形状の「メガスプーンブラシ」採用で、液がブラシにつきやすく、多量の液を塗ることができます。㊐メイベリン ニューヨークお客様相談室☎03-6911-8585 ※１メイベリン ニューヨーク史上において ※２メイベリン ニューヨーク調べ（個人差があります） ※３水溶性コラーゲン（ベースサポート成分

## PRIME PATTERNの限定福袋が発売！

PRIME PATTERN

女のコらしさとトレンド感がMIXされたスタイルで人気上昇中の**PRIME PATTERN**。毎年大好評の限定福袋が、2010年元旦から随時発売スタートします！ ニットやカットソー、人気のワンピースやコートまでいろんなアイテムが詰まったお得な福袋です。種類は5,000円と10,000円の２タイプ。数に限りがあるので早めにお店にGO！ ㊐プライムパターン 渋谷マルイJAM店☎03・5728・5325 www.primepattern.jp

## Magenderのとってもお得な福袋が発売！




エレガントでレディ可愛いアイテムがそろう大人ブランド**Magender（マジェンダ）**から新春の福袋が6,000円で発売されます！2010年初売りから全国の店舗で一斉に発売を開始♪ Magenderの豪華人気アイテムがいっぱい入ったとってもお得な福袋です。なくなり次第終了なので初売りは早めにお店に行ってみて。㊐Magender プレスルーム☎03・5809・1751 http://magender.jp/

## 冬のデートにおすすめ恋を叶える香水



その昔、アラビアで愛する人の心を引き寄せるといわれたホワイトパールローズ。恋を叶える、宝石色のこのバラの香りが“ずっとそばにいたくなる”魔法の香りとして新発売。**スルタン・ホワイトパール**（100㎖、4,095円）はトップはマンダリン、ベルガモット、ミドルでホワイトパールローズ、ピュアシャボン、ラストでムスクが楽しめます。真珠のようなボトルにも注目。㊐フィッツコーポレーション☎03・5772・1014

## 「温かみがあって濃厚」な魅惑の香りが新登場



大胆なまでに新しい香りを求めてきた**ラルチザン パフューム**。今回は、豪華で洗練されたオリエンタルな異国の地をイメージして作られた新しいオードパルファン、**アルード**（100㎖、24,150円）を限定80本発売します！ クミン、カルダモンといったスパイスにナツメヤシなどのドライフルーツが調和してふんわり香ります。㊐ラルチザン パフューム表参道本店☎ 19・9373

## イベントシーズンの手みやげにもおすすめ！



**ピエール・エルメ・パリ**からガレット アンフィニマン プラリネ（18㎝、3,990円）が新登場。焙煎してカラメリゼしたヘーゼルナッツが、ピエール・エルメ・パリの特製プラリネに独特の風味をプラス。パートフィユテとプラリネフィユテの食感の良い歯応えと繊細な味わいのあとには、ヘーゼルナッツの豊かな芳香が楽しめます。予約受付中。㊐ピエール・エルメ・パリ 青山☎03・5485・7766

## オリジナルバッテリーカバーをプレゼント！



©Disney

**ディズニー・モバイル**では、2010年１月11日まで「Disney Mobile」キャンペーンを好評実施中で 期間中にDM004SHを新規ご契約すると、101種類からお気に入りのキャラクターとネームを入れたあなただけのバッテリーカバーをプレゼント！ は、HPまたはディズニー・モバイル取り扱い店 ㊐ディズニー・モバイル http://dimb.jp/bcc/


の"おしゃれスピリッツ"公開♪
(ミーナ)
mina
汚▷▷▷美 部屋の5大プロセス
♥カバーガールは竹下玲奈さん
好評発売中!
ボリューム超拡大!
号連続企画
冬の47都市
NAP 東日本編
冬の1枚で10通り着回し
60 Styles
アンサー!
アSYTLEの
素朴なギモン"
3号連続企画!
本気の100日間ダイエット 最終回!
あなたの体重と人生変えます!
納得!
ニュース総決算
おしゃれの分かれ道!
【足もと&首もと】おしゃれレッスン帖
a shop通販
気ブランドの
袋の中身
2010年 今よりもっとよくなる!
HAPPY お告げ占い
悩める
づき合い
解決術
玲奈の"本当のおしゃれ"ってこういうこと!
いつも黒×きれい色 エトセトラ
プチ旅しよう♪ 東京散歩
2010 February 2
定価550yen
010年minaガールはこう変わる!
美保・游・平ゆみ・
恵美・葵・あおい…and more
naモデルの「2010年の決意」
Part 3
顔が変わった! 別人級!
"メイクの底力"見せます!
私を変える!
Part 2「冬着こなしリセット」8大ルール

# NEWS OF THE NEW ②

このマークの商品はプレゼントつきです。プレゼントの応募締め切りは2010年1月22日(当日消印有効)です。

## すっぴん唇をぷるぷる赤ちゃんピンクに♪




**エテュセ**から25%増量したグロスのようなツヤ感の「リップエッセンスa」(10g、1260円)と「リップエッセンス(スティック)」(3g、1050円)が登場! 高い保湿効果、縦じわが目立たないほんのりピンクな仕上がりで大好評です。しかも、SPF18・PA++の紫外線防止効果なので、乾燥や皮ムケ知らずのぷるぷるリップをキープできること間違いナシです。㊟エテュセ📠0120・074316 http://www.ettusais.co.jp

## Xmas限定バービースペシャルセット




バービーの生誕50周年を記念して、とってもレアでお得な**バービーのスペシャル缶**(9,975円)がXmas限定発売中! 缶の中身はルームウエア、ブランケット、スリッパ、アイマスク、シュシュなど。この時期にお部屋で重宝するルームウエア一式がセットになっています。ポップでキュートな缶は、お部屋のインテリアや椅子としても使えます♪ プレゼントにもおすすめです。㊟Barbie☎03・5467・2093

## アユーラからナイト用コロンが発売



**アユーラ**からストレスを多く抱えやすい現代女性のためのナイト用コロンが登場。「ナイトハーモネーション(ナチュラルスプレー)〈パヒュームコロン〉」(全1種類、3,360円)はアロマディテーション効果のアロマティックハーブの香りと「乳香」「菩提樹」「檜」といった香りをブレンド。心と体が癒されること間違いナシ。㊟アユーラ コミュニケーションスタジオ📠0120・090・030 http://ayura.jp

## うるおいのベールで包み込む保湿クリーム




**ちふれ化粧品**が「時を越えた、変わらぬ美しさ」をテーマにエイジングケアをめざしたブランド『綾花』。その綾花からふっくらハリのある肌へ導く「リンクル クリーム」(30g、2,625円)が新発売! 眠っている間にエイジングダメージの気になる肌に働きかけ、輝くようなハリと弾力に満ちた肌に導く夜用保湿ケアクリームです。㊟ちふれ化粧品 愛用者室 フリーダイヤル📠0120・147420 www.chifure.co.jp

## イモト出演のあの人気TV番組がカードゲームに!



"謎とき冒険バラエティー『世界の果てまでイッテQ!』"の人気コーナーをカードゲームにした「**珍獣ハンターイモトの動物図鑑 イモトの珍獣ワールドゲーム**」(1,575円)が発売中! 番組の臨場感で遊べるように、イモトのセリフとリアクションシーンがカードに表現されていて、オリジナルルールのゲーム4種類で楽しく遊べます。年末のイベントにオススメ! ㊟タカラトミーお客様相談室☎03・5650・1031

## 韓国のオーガニックコスメ いよいよ日本上陸!




高麗人参などの天然薬
ーガニックハーブなど
した素材を使用した
アロマテラピー商品で
セレブに人気のエステ
ン**「ジャスミンラロク**
こでしか買えなかった
アマンムース(天然美白
液、120㎖、15,750円)、
ブランシュ(天然美肌
120㎖、36,750円)が
容外科で手に入ること
ムースとブランシュは
の2本だけで全身の
ルケアが可能な、究
機能コスメです。㊟ビ
ファイル☎03・3472・3
http://www.befile.c

## 毎年即完売のROJITAの福袋が全国ショップで発売

Rojita

プチプラで可愛いトレンド服がたくさん見つかると大人気の**ROJITA**から、毎年好評の福袋が発売されます♪ 10,500円タイプには、コート、ジャケット、ワンピ、トップス、ボトムなどの7~8点。5,250円タイプには、ジャケット、トップス、ボトムを含むコーデが4~5点。どちらも、コーディネートで入っているので、着回しにも役立つ実用的なラインナップです。㊟ROJITA☎03・6909・2302 http://www.rojita.jp/

## 乾かしながら髪にうるおいを与えるドライヤー新登場



ナノサイズミストとマイナスイオンのWモイスチャー効果で、ワンランク上のうるおいを実現したテスコムの**ナノイオンヘアードライヤー**。この発売を記念して3名にプレゼント。希望者はハガキに〒、住所、氏名、年令を記入し、〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9 主婦の友社「テスコム」Ray係まで応募してください。㊟テスコム☎03・5719・2094 tescom-japan.co.jp

## 歴史と伝統のブライダルハウス



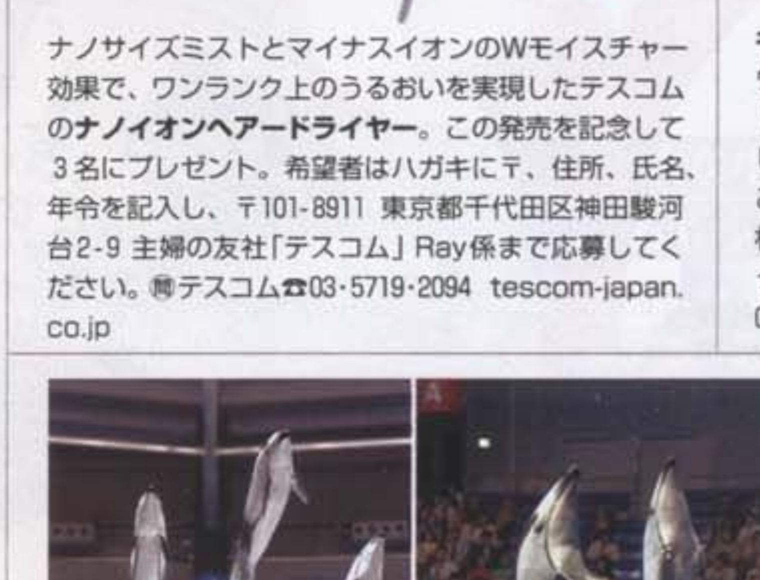
**キャメロットヒルズ**は18世紀の英国貴族の館マ
ウスを再現した結婚式場。緑に包まれた庭園と
ドグラスの美しい教会が2人を祝福してくれま
しい装飾と美術品で飾られ、訪れる人々を魅了
これから結婚する2人のために、ブライダルフ
相談会を随時開催中。また、コンシェルズが親
って相談にのってくれます。㊟キャメロットヒ
048・661・6222 http://www.camelot-hills.co

## 透明感あふれる光のベールを生み出す「透明発光パール」




カネボウ化粧品の最上質の美しさをめざすトータルメイクアップブランド、**コフレドール**。この春、「透明発光パール」を配合して新登場します! ふんわりと発光するようなロマンチックな表情を演出してくれます。〈右から時計回りに〉ジュエルシャスアイズ(全5種、各3,675円)、ロングパワーマスカラ(全2色、各2,940円)、アクアルージュ(全12色、各3,150円)、ペンシルアイライナー(全2色、各1,260円)、ペンシルアイライナーホルダー(1種、1,680円)、イノセントカラーブラッシュ(全2色、各3,150円)。(価格はすべて編集部調べ)㊟カネボウ化粧品📠0120・518・520

## カップルにおすすめ♪ウィンタープラン



**エプソン 品川アクアスタジアム**では『ウィ
アクアリウムパス』を販売中! 購入日か
31日まで、何度でも入場できるフリーパス
何回でも楽しめて、とってもお得です(※
日~25日のシークレットイルカショーは別
円かかります)。12月26日からは人気のイベン
うらっちのマリンアートミュージアム」に
にぴったりのおめでたい名前の魚が登場し
㊟品川プリンスホテル☎03・3440・1111

※雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方はこの号の他の懸賞に入選できない場合があります。

パー！240ch
0STYLE

# CS AI COLLE

Cs·アィ·コレ

番組
イチオシの
12アイテム！



日本そして世界の最新人気アイテムをどこよりも早くご紹介する情報ショッピング番組「CS AI COLLE」！ファッション、コスメ、健康食品等様々なジャンルのスペシャリストや、女性に人気のコメンテーターが番組を盛り上げます。

## 01

る限りの優しさを
けします

ineシャンプー・トリートメント・
ラルクレンジングオイル
会社ヴィーヴォ）

vivo.cc/index.html

ー屋さんが
抜いた
分100%の
ォオリジナルアイテム。
ー・トリートメント
25
ジング ¥3,800



## 02

世界のトップアーティストが
こぞって愛用する名品

エジプシャンマジック クリームジャパン
エキストラバージョン（蒼基株式会社）

http://www.soki-co.jp

顔・全身コレひとつでリッチにしっとりと潤います。
¥15,750




## 03

耳にも"おいしい"
ジェリー・ベリーイヤホン!!

Jelly Belly®インナーイヤホン
（株式会社モアベスト）

http://morebest.jp

ビーンズ型のカラフルイヤホン。
専用ケース付き。
各¥2,980




## 04

が本物！野生ローズヒップティと
然が生んだ美肌オイル

ズヒップオイルアロマティカ（12mL）&
ローズヒップティファインカット200g
セット（プロヴァンスガーデン）

www.provencegarden.net

べる本物ローズヒップティと
が生んだ驚きの美肌オイル
価格 ¥4,400⇒¥3,800
代引き手数料サービス！




## 05

輝くつやと潤い、美しい肌

美白美肌水素石鹸「小雪ーH」
（イマイ商事株式会社）

http://www.imaishoji.co.jp/koyuki-h/index.html

うるおいと透明感のある、つややかで美しい白肌へ。
50g ¥2,100／100g ¥3,990



## 06

純金箔ぎっしりの
優雅な外観

アロインス
ブライトローションG
（アロインス製薬株式会社）

http://www.aloins.co.jp

Wヒアルロン酸等、
美容液レベルの有用成分も
豊富に含まれ中味も優雅。
ほのかなローズの香りで
心身ともに癒されます。
¥4,200




## 07

ンジ次第で
でオリジナル本格生パスタ♪

道生パスタ（株式会社サッポロ印）

/sapporo-kikai.jp

ソウ、カボチャ、にんじんを練り込んだ
本格生パスタと、北海道産たらこソース、野菜のグリーンソース、
入りイカ墨ソースのセット。
ト ¥3,675



※盛りつけ
イメージ

## 08

浸透力抜群のビタミンC誘導体を
高濃度配合・
防腐剤フリー

Cエッセンス・Cクリーム
（K2C COSMETICS CO., LTD.）

http://www.k2cosme.com

ノンオイル・ヒアルロン酸ベースの
さっぱりタイプ美容液と
ホホバ油・スクアラン配合の
しっとりタイプ保湿クリーム
Cクリーム40mL ¥5,001
Cエッセンス40mL ¥5,000




## 09

保湿力が6.5倍！
新開発の
浸透型コラーゲン
HCCを高配合



アーガ モイスチュアスイート 3点セット（株式会社ヌル）

http://www.null-cosmetics.jp

肌の内側と外側から重層保湿。角質層をやわらかくして、
ターンオーバーを正常化。シミ・シワ・くすみが気になる方にオススメ！
アイコレ価格 ¥22,050⇒¥15,000（代引手数料・送料無料）

## 10

の部屋に
のサロンがやってくる！

ルド&ハニー オリジナルシャンプー
ジナルトリートメント
ーポジション WILD & HONEY
ルド&ハニー））

/www.wild-honey.com

ケアし、最高の髪質に！！
しか買えない
シャンプー
ビュー限定価格
ズ ¥4,200
Sサイズ ¥2,100



## 11



日本文化の
「美人服」

豊天Tシャツ
（クルーズカンパニー株式会社）

http://item.rakuten.co.jp/crewz-mart/c/0000000102

戦国豚将・言魂・びぶたちゃん
¥1,995

## 12

理想のヘアスタイルを提案する
美容室オリジナル

MotherEarth（R）シャンプー・トリートメント
（株式会社MASHU）

http://www.mashu.jp

100%天然成分のみで作られた
MASHUオリジナル商品。
シャンプー400mL ¥3,990
トリートメント400mL ¥3,990



掲載商品に関するお問い合わせは
アイコレ事務局まで（10:00-19:00） 0120-165-240 www.aicolle.jp

イッシュンでトレンドに変える
# Ai colle i
アイ・コレ・アイ

番組イチオシの13アイテム！



流行スポットや話題のイベント、お得な情報、最
女性向けおしゃれアイテムをご紹介、トレンド情報
の30分！ご意見番として「おぐねー」こと小椋ケン
のマル秘テクニック紹介コーナーも！毎回多
ゲストをお迎えして、スタジオを盛り上げていき

## 01 300セット限定！本格ミニアイロンとヘアオイルのアイコレ特別セット価格！

MINXミニアイロン＆ヴィーナスドロップエメラルドヘアオイル特別セット
（株式会社TAKUMI）

http://www.rakuten.co.jp/venusshop

MINXミニアイロンとヴィーナスドロップの特別セット！
毛先のニュアンス思いのまま！
ツバキオイル、シアバターなど豪華ヘアケア成分配合のオイル！
アイロン¥6,090＋オイル¥2,100
＝通常¥7,800が300セット限定
アイコレ特別セット価格！
半額の¥4,095



## 02 化粧品じゃない！前代未聞のエイジングケア誕生

PRIVATE BEAUTY TOKYO GuiGui Lift
グイグイリフト
（株式会社サルボ）

http://www.pbtguigui.com

小さなシールを耳に貼るだけで！
貼ってすぐに効果を実感！
剥がしたあとも効果が持続。
40枚 ¥5,750




## 03 次世代カリスマヘアメイク平澤隆司プロデュース！

beroad 散らないシリーズ
（株式会社ロードインターナショナル）

http://www.beroad.jp

1日中メイク直しの必要なし！
ビューティー変身メイク法アドバイス付き。
アイブロウ
（クリアブラウン・リッチブラウン）各¥2,730
マスクスプレー ¥2,940
アイライナー ¥2,625



## 04 シンプルで可愛いデザイン 輝く光の美しさ

NICE/PRECIOSA
Lucie-heart/PRECIOSA
（Shopping天国（株式会社テクノピア））

http://www.rakuten.co.jp/technopia

各4色展開、可愛く女性らしい魅力を一層アップさせるアイテム。
ネックレス¥16,500⇒¥13,000
ピアス¥7,000⇒¥5,800



## 05 女ゴコロをくすぐる香水

プレミアムパヒューム ストーリア
（株式会社アールスタイル）

http://www.p-storia.net

爽やか＆セクシー！
女性が選んだ、
男性につけてもらいたい香水No.1
特別価格 ¥6,300⇒¥3,990




## 06 清楚に輝く魅せる素肌へ

クチャ洗顔〜プレシャスソープ
（プレシャスライフ株式会社）

http://p-life.info/index.html

世界で沖縄にしかない泥岩クチャを精製したこだわりの洗顔アイテム。
50g ¥2,400／100g ¥4200




## 07 恋に悩める全ての女性に身につけてほしい！

天使の恋するネックレス・ブレスレット
（株式会社ジャンティールキタカミ）

http://genti-k.shop-pro.jp

恋愛成就の願いを込めて作られたハートモチーフ。
好きなイニシャル刻印可能、プレゼントにも最適！
¥4,000〜¥29,000



## 08 ロングネイルでもラクラク★スカルプだってサクサク！

ピアスキャッチホルダー PIERTY
（PIERTY SHOP（株式会社AQUWA））

http://www.rakuten.co.jp/aquwa

有名モデルも愛用！
ピアス簡単装着器具！
¥1,890




## 09 手の中でしっかりとしたフィット感

グリッピー
（H&S（博多シヤリング工業株式会社））

http://www.hakata-shear.co.jp

ラジオ体操と組み合わせることで、未だかつて無いストレッチ感（筋とれっち体操）。
¥4,500



## 10 時間は戻らない！でも肌は違う！

フェイスPHEピュアエッセンス
HORSE PLACENTA100% 馬プラセンタ100%
（JCK-Market（株式会社JCK））

http://www.rakuten.ne.jp/gold/jck-market

1カプセルに450mgの馬プラセンタを使用したカプセルと、美肌成分をナノテクノロジーで微粒子化したエッセンス。
フェイスPHEピュアエッセンス
アイコレ価格 ¥29,000⇒¥8,800
馬プラセンタ100%
アイコレ価格 ¥23,000⇒¥6,800



## 11 個性的なデザインがGoodくる！大人かわいいバッグ★

大人めデザインメッシュショルダーバッグ
（MILANOLIFE（株式会社Sky Trading））

http://www.rakuten.co.jp/milanolife

キュートな葉っぱのモチーフが大人かわいいスタイルを演出。
¥4,980



## 12 楽天市場で大人気！体が欲しがる海の天然素材100%

ペプチドスープ（お試しパック）
（ほんもの＆よいものshop）

http://www.rakuten.co.jp/honnmonottc

低脂肪、無糖、塩無添加のおいしいスープ、アミノ酸たっぷり！
¥800のお試しパックがメール便送料無料。今だけ！




※イメージ

## 13 小さな小さな器ものがたり「おやゆび姫」

ダイエット食器 おやゆび姫（株式会社ARU）

http://www.rakuten.co.jp/oyayubihime

食べすぎを防ぐ、ピンク・ブルーの手のひらサイズの食器です。
¥3,990



掲載商品に関するお問い合わせはアイコレ事務局まで（10:00-19:00） 0120-165-240 www.aicolle.jp

# 白田久子さん

## ”お気に入りの一品“

「美肌をつくるには
とにかく洗顔が大切だと思います」



**Dr.ブロナー社のマジックソープ**

Dr.ブロナー マジックソープ
ローズ S ¥1,155

*Hisako Shirata*
*&*
*Dr.Bronner's Magic Soaps*

# 「洗顔に何を使うかで一年後、二年後の肌は断然違ってきます」

デビュー以来、モデル、女優、タレントとして活躍されている白田久子さん。07年には『ミス・インターナショナル日本代表グランプリ』『ミスWebジェニック』をW受賞され、ますます美しさに磨きがかかり、その笑顔は輝きに満ちています。とくにそのお肌の美しさには、思わずうっとりとみとれてしまう程です。外側からの美しさだけでなく、内側からの美しさを大切にし、普段の食生活でも〝美食同源〟(白田さんが推奨しているきれいになる料理)を心がけているという白田さんですが、やはり、日頃どんなスキンケアをされているのか気になるところです。そこで、彼女が実際に使用されているアイテムの中からお気に入りの一品を教えていただきました。

「仕事柄スキンケア、とくに洗顔にはこだわっています。それこそとても高額なクレンジング剤、化粧石鹸など様々な商品を試してきましたが、どんな高額なものにも劣らなかったのがドクターブロナーの『マジックソープ』。モデル仲間でも使っている人、最近すごく多いですよ。この液体石鹸は、ただ汚れを落とすだけじゃなく美容液で洗ってるって感じですね。メイクから毛穴の黒ズミまでスッキリ落としてくれるのに、つっぱらなくてスベスベになるんですよ！私は、美肌をつくるにはとにかく洗顔が大切だと思います。洗顔をいいかげんに済ませて汚れを肌に残してしまうと、後でいくらいい化粧水や美容液を使っても入っていかないんですね。それとくすみの原因にもなってしまう。だから洗顔に何を使うかで一年後、二年後の肌は断然違ってきますよ！」

洗顔ってとても大切なんですね。こんなに美しい白田さんの言葉だけに説得力がありますよね。それにしてもマジックソープ、ほんとに気になります。一度は試してみる価値あり、ではないでしょうか。

**PROFILE**

しらた ひさこ●1982年8月17日、高知県生まれ。愛称しらたまちゃん。A型。170cm。2007年度「ミス・インターナショナル日本代表グランプリ」「ミスWebジェニック」W受賞。モデル、女優、タレントとして活躍中。代表作、日本/香港/中国合作映画「忍者」ヒロイン、香港映画「双子」主演、映画「富江REVENGE」主演など。
ブログ『しらたまぜんざい』
http://ameblo.jp/shiratahisako



撮影／小林 淳 ヘア&メイク／片岡 真紀子 撮影協力／HOUSE（西麻布） 文／苅谷 友子 デザイン／吉田 千鶴

# S Cawaii!
エス カワイイ!

2月号予告 予価690円(税込み)

# 1月7日(木)発売

SPECIAL FEATURE FROM THIS ISSUE

## 今着れて、春だって使えなくちゃ意味ないけど!
## 新鮮CD&着まわしサンプル1000

若槻千夏 益若つばさ 南明奈 Sセレブのお気に入りde着まわしコーデ
ガチでオシャレなアキ・アリメ・加奈が教えるよっ! オラ♥ニャンCDサンプル
オシャレなS読者限定!「コレ買ってよかった♥」アイテム別着こなしSNAP!
人気Sガールの絶対マンネリにならない着まわし1Week
S KIDSオーディション受賞者も登場! ニコールなセレブ着まわしパパラッチ!
……and more!



★ S Cawaii! 10周年YEAR突入ありがとう
年ももちろんヨロシクね! 人気ブランドからドドンと大盤ぶるまい!
### HAPPY福袋プレゼント!
2010年最初の新作NEWS!
moussy SLY GILFY EGOIST
RODEO CROWNS
DazzliN' rienda w♥c

ったかわいい♥もこもこでいやしのフォークロア系
### アリメがLOVEなゆるフォークロア♥

デカジならアンジェにおまかせ!
### ンプル派がねらってる! アンジェの冬マリン☆

ざすはプリンセルドールBEAUTY!
### フランス人形♥ヘア&メイクLesson

10分のヘアアレンジでちょっとやせた? っていわせちゃお
### 絶対やせて見える「THE小顔巻き&アレンジ」

ぶっちゃけ、春のトレンド何がくるか教えます
### コレでマチガイナイ♥春オシャレKEYWORD!

2010年クチコミ人気コスメイッキに紹介
### 「盛りガール」になれる♥鉄板コスメ博覧会

乾燥する季節を斬る! カサカサ肌じゃモテませぬぞよ!
### 美女サムライたちのおこもり美容伝

脱・正月太り! 新年本気でやせたい人に送る
### マジやせDIET

彼チョコも友チョコも! 手抜きでも、モテ♥なチョコレシピ
### バレンタイン♥モテモテCOOKING

大好評につき、拡大版でお届けしまっす
### 知りたい! アノ人のナカミSPECIAL!

CLOSE UP
### 浜崎あゆみ

特別付録
**RODEO CROWNS**
ハンカチみたく、
ジーンズのアクセント、
お弁当を包んだり…
**Roddyくんバンダナ☆**

# Next Issue

 ☆内容は一部変更になることがあります。

●性病は心配だけど、避妊を催促したら重い女と思われそうで怖い。(涼子) ●ピルって太るらしいけど、本当のところどうなんだろ？(美樹) ●生理が3カ月来ない

もしかして妊娠したかも……。(真実子) ●クラミジアになったら、彼氏に浮気疑惑をかけられた。(梨香) ●最近、急に生理痛がひどくなってきた。なにかの病気!?(

子) ●ナンパされた人とHしたら、あそこ付近にブツブツができてきたー！(優) ●ちゃんと妊娠できるカラダなのかなって心配になるときがある。(園美) ●胸に

しこりがあるような気がする。もしやこれって乳がん!?(慶子) ●生理じゃないのに、ショーツに血がついている日があって不安。(由佳) ●現在性病の治療中。で

昨日またHしてしまった。彼氏、ごめん！(江麻) ●3日で生理が終わっちゃうんだけど、やばいのかな～。(芽衣) ●Hのあと、おしっこをするのが痛い。これっ

て異常？(千草) ●急激な　をしたら、それ以来生理が来ない～。(江麻) ●実は今妊娠中。1回堕ろすと妊娠しづらくなるって聞いて手術するか迷ってる

けど、検診代が高そうで行けない。(仁美) ●生理が来ずに病院へ行ったとき親にばれるのが怖くて保険証は使用せず。(直美) ●

●生理が遅れてるけど、検査に行ってはっきり妊娠ってわかったら彼氏にフラれそうで心配です。(沙世子) ●せっかく

の友　かが痛すぎて救急車で運ばれた。(めぐみ) ●ゆきずりHをしたら、それ以降アソコがかゆい。コレって何？(彰子) ●生理痛

大神した経験がある。(理絵子) ●おりものって普通は無色透明？ 私のはなんだか黄色っぽい　●遠距離恋愛中の彼氏と久々にHのあ

とは、生理が早まる気がする。(麻友) ●生理中にドロッとしたかたまりになって血が出ることがある　生理痛がひどすぎて、駅で倒

たことがある。(香織) ●生理中なのに、彼氏からのHを断れない。不潔で心配。(綾花) ●ピルを飲ん　(千恵美) ●親戚に乳がん経験

者がいるから、自分も不安かも。(幸保) ●生でしちゃっても、アフターピルを飲んだらとりあえず大丈夫だよね　●Hしてないのに、クラミジアって診断さ

れた！なぜ？(由紀子) ●無料検診のお知らせが郵送されてきて、友達といっしょに検診に行こうかって話してる。(智枝) ●1回

気に抵抗感がなくなった。(理絵子) ●Hは好きじゃない人とでもできてしまう。(真琴) ●「妊娠したかも」って彼氏に

将来はこの人と　子) ●性病って、Hしなければうつらないよね。(千春) ●生理不順だけど、将来ちゃんと子ども産めるかな



DATA 1

**20代女性に子宮頸がんが急増！**

予防可能な病気だと知られているのに、国内では毎年8000人が患者と診断され、2500人もの女性が命を落としている子宮頸がん。20代から急激に増えています。

国立がんセンター がん対策情報センター調べ

DATA 2

**日本人女性の約30人に1人が乳がんにかかる！**

毎年、新たに約3万5000人が患者になるといわれており、女性のがんの中でトップの乳がん。再発してしまう人も3割ほどいるといわれている。早期発見が重要となってくる。

財団法人がん研究振興財団調べ

DATA 3

**年間、約3万人がクラミジア感染症と判明！**

現在、日本で一番感染者数が多い感染症はクラミジア感染症です。とくに活発な若年層女性で増加が目立っていて、オーラルセックスによる咽頭への感染例が多く見られます。

国立感染症研究所 感染症情報センター調べ



Ray ザ・ノンフィクションシリーズ PART 2

# 婦人科クリニック
## ～緊急リサーチ！ カラダとココロのすべて～

気になるけれどなかなか他人に話せない、性に関するあれこれ。日常的な生理痛の症状から、ひたひたと広がりを見せている性病、はたまたまさかの妊娠まで、Ray世代の婦人科問題の"リアル"に迫りました！ 知ってためになる情報満載。自分のカラダを愛するためにじっくり読んで。

撮影／加藤アラタ(Kesiki・市井紗耶香さん分)、大沼寛行(イメージ写真) スタイリング／齋藤ユカリ ヘア＆メイク／太島幸樹(C-LOVE) イラスト／土井ラブ平 取材・文／TOKYOドーナツ
●取材店リストは254ページにあります。

# 私のカラダQ&A

気になるけど人にはいえないカラダについてのアンケートを実施。どんな悩みを抱えていて、どんな経験があるのか、結果に注目！

## Q1 今現在、気になる婦人科系の悩みはある？




なんと！　4割以上もの女のコが悩みを抱えている現状が浮き彫りになりました。悩みはあるのにオープンにできないのが、さらに深い悩みへと発展させているよう。

### 「YES」と答えた人に聞きます！
## どんなことに悩んでるの？

**1位 生理不順**
「「生理が遅れてる」と誰かに話すと妊娠!?とウワサされそうで話しづらい」。こんな声が目立ちました。でも来たり来なかったりしている女子は実はいっぱいいました。

**2位 生理痛がひどい**
「おなか痛～いって生理痛に関しては話題にしやすい」との声多数。婦人科系の話題でも話をしやすいよう。ただ隠れた病気が潜んでいる怖さをみんなまだまだ気づいていません。

**3位 おりものの量が多い**
生理よりも話題にしづらいのがおりもののよう。黄ばんでいたり、量が多かったり、においがきつかったり……。実は、悩んでいる人がたくさんいます。

**4位 生理前の肌トラブル**
「ニキビが増え始めたら生理前」「口のまわりがカサついて治りづらいなぁと思ってると生理になる」と、生理前の肌トラブルを感じている人が多数いました。

**5位 生理前の情緒不安定**
「カレとケンカになるのは、決まって生理前」「悲しくもないのに夜寝るときに泣いちゃう」など情緒不安定になる症状をみんな抱えています。これはホルモンバランスのせい。

## Q2 クリニックへ行った経験はある？




悩みを抱えていたり、どこかに不安を感じているにもかかわらず、婦人科へ行ったことがあるコは行ってないコの約半数。まだまだ認知度が薄く、ハードルが高いようです。

### 「YES」と答えた人に聞きます！
## どんな理由で行ったの？

**1位 生理不順**
ある日突然、来ていたものが来なくなったり、逆に何度も来てしまったり……。そんなことに不安を覚えたり、貧血になりそうで婦人科へ駆け込むという人もいるようです。

**2位 生理痛**
脂汗がにじむほど痛かったり、通学途中で電車を降りなければならないほど激痛に襲われたり。耐えられない痛みになるまで、放っておいてしまう女のコのほうが実は危険なのです。

**3位 妊娠の確認**
愛し合う行為はいつも生命の誕生と背中合わせ。本来はうれしいニュースになることも、若年層では自活能力がないために、不安要素に急展開。あわてて病院へ駆け込む女のコが多いようです。

**4位 性病の検査**
陰部にかゆみを感じたり、ふだんとは違うおりものに違和感を感じて、性病を疑うよう。またカレが発症したのをきっかけに無症状でも確認のために検査に行ったという女のコもいました。

**5位 ピルの処方**
ホルモンバランスの乱れから来る生理不順や生理痛の緩和のため。または妊娠をさけるためや予想外の性行為でアフターピルを処方してもらうために病院へ行く人もいる模様。

## 初めて行ったのはいつ？




初潮を迎えてすぐというよりも、カラダの異変を感じて婦人科に行く機会を得た人が大半。そのほかは、20才の検診をきっかけに婦人科デビューする人も毎年増えています。

# 女子大生300人に緊急アンケート！ 気になる

**自身がかかったことがある 周囲にかかった人がいる人**に聞きます！

## かかった性感染症は何？

**1位 クラミジア感染症**
女性の約80%、男性の約50%は症状が出ないため、発覚が遅れてしまい、感染が拡大しがちなクラミジア。他の検査に行って偶然判明するというケースが大半です。

**2位 カンジダ症**
「かゆくてかゆくてガマンできずに婦人科に行ったらカンジダでした」というケースが大半でした。中には白っぽいおりものが気になって検査し、判明した人も。

**3位 性器ヘルペス**
2位のカンジダと違い「痛さに耐えきれず検査したらヘルペスでした」という声が多数ありました。またいったんよくなっても再発しているコが多いのが性器ヘルペスの特徴。

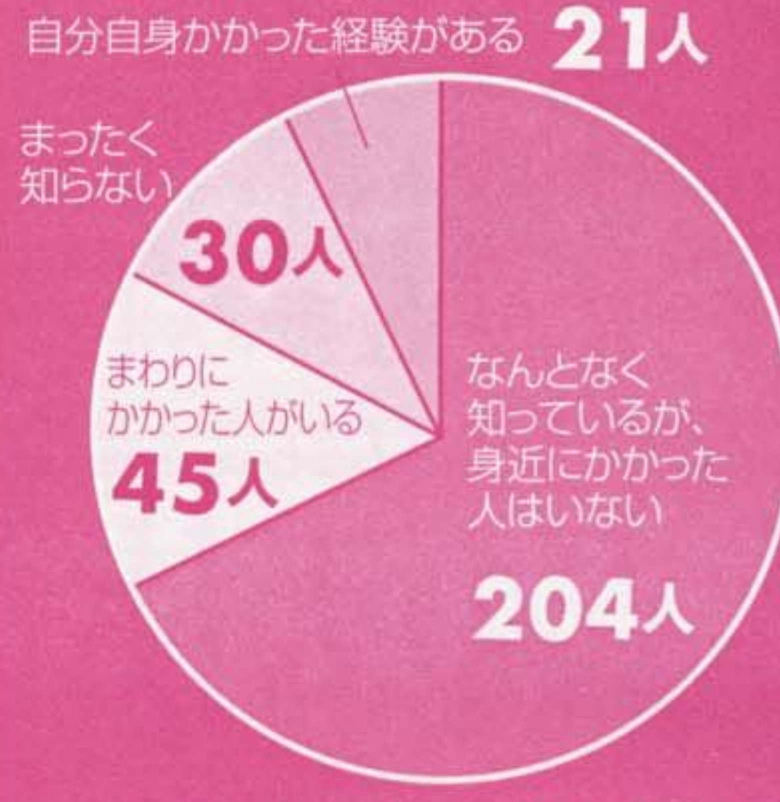
**4位 毛じらみ**
「人前でもボリボリかきたいくらいかゆくて」クリニックに駆け込んで判明する人が多い毛じらみ。下着に血液がついているのを見て血尿だと疑って調べた人も中にはいました。

**5位 淋病**
クラミジア感染症と同時感染していることも多い淋病。他の性感染症が発覚して同時にわかることも多く、またカレが淋病に感染したことがわかって検査する女のコも多数。



## Q3

### 性病について、どのくらい知ってる？




性感染症はもはや特別な人だけがかかるワケではなく、無症状のものもたくさんあります。にもかかわらず、知らぬが仏。かかっていないと思っている人がたくさんいることが判明！

**「YES」と答えた人**に聞きます！

## どんな内容を受けてみたい？

**1位 乳がんの検診**
ピンクリボン運動の広がりもあって、どうやら乳がん検診への関心は高いよう。テレビや映画で話題になった「余命1ヶ月の花嫁」をきっかけに関心を持った女のコも多数。

**2位 子宮がんの検診**
女性のカラダに生まれて、おっぱいと同じように気になるのは子宮。最近では著名人が子宮頸がんをカミングアウトした影響などもあり、関心が高まっているようです。

**3位 妊娠できる体質なのかどうか**
高齢出産がいまや当たり前になり、不妊治療という言葉を普通に耳にする時代。漠然とした不安がありながらも、いずれ子どもを産みたいと願う女のコからの関心が高いのがこれ。

**4位 性感染症の検査**
1回でも性行為を経験していれば、疑う必要のある性感染症。無症状のものが多いため、実際の検査に行く人は少ないそうです。しかしみんなの関心は高いよう。

**5位 生理の悩みを相談したい**
個人差があるゆえに生理痛も生理不順も友達と話をしているだけでは解決せず。かといって病気を疑うところまでいかず。そんな女のコたちが多数いました。

## Q4

### 定期検診って受けてみたい？




実際にクリニックに行ったことがある女のコは少ないのに、検診を受けてみたい女のコは多数！　最近では自治体から無料検診が用意されているところもあるので行くきっかけに。

## 痛 性病の実態リサーチ！

いったいみんなはどんなことに悩みを抱えているの？　そんなリアルな声を聞かせてもらいました。解決方法もしっかり伝授します。

# 10人の心の叫び「ひどくてひどくて……」

止まってしまったり、逆に何度も来てしまったり……。怖いような思いあたるような生理不順についての体験談を紹介します。

**10日間で7kgのダイエットに成功!!と思ったら……3カ月間、生理が止まってしまいました。**

無理な食事制限のダイエットをしたら、体重は減ったものの生理が止まってしまった。
(由美・M大学１年)

**カレと初のお泊まりデートの夜。予定外の生理が突然来てしまい、デキなかった。**

ドキドキしていたのに、生理痛がひどくて、それどころではなくなっちゃいました。
(真祐・K大学２年)

**今、2カ月来ていません……。**

いつ生理が来るのかわからないので、バッグにはタンポンとナプキンを常備しています。
(百合枝・M大学４年)

**生理が1〜2日間で終わってしまう。**

みんなに聞くと５日から１週間っていうんだけど。３日以上続いたことがないんです。
(優子・S大学１年)

**ナース服で実習中、忙しすぎて4時間トイレに行けなかった。ナプキンが替えられず、気づいたらお尻が血まみれになっていた。赤衣の天使になるところだった。**

血量が多いのは自覚してたけど、トイレにこまめに行けないと、んな悲惨なことになるんです。
(里美・S大学２年)

**ストレスでやせてしまい、生理不順に……。周囲からは、妊娠説も浮上！**

人間関係で悩んでたら、生理のリズムがくずれてしまい。最後には「妊娠」って噂まで……。
(恭子・K大学３年)

**ときどき生理が始まったかと思うと1カ月ぐらい止まりません。**

生理が始まると量が多いワケじゃないんだけど、ダラダラと出血が続くんです。
(有希・H大学３年)

**毎回、経血量が激変!!**

軽くすむこともあれば、貧血になるぐらい大量に出ることもあって。予定が立てづらい！
(仁美・A大学３年)

**出血のかたまりが出るんです。ジャムみたいなかたまりが……**

子宮の壁がはがれ落ちたのかな？　と思うぐらいのかたまりを見るとビックリします。
(夏美・K大学３年)

**誰にも話したことがないんですけど、ときどき**

**過去に1年半、まったく来なかったことがある!!**

初潮が来てからしばらくは月１回だったんだけど、あるとき止まって。復活したけど、まだ不安。(加奈枝・M大学２年)

# 女子大生の3大お悩み 生理不順 生理

みんなが一番悩んでる！

# 生理不順

終わったと思ったらすぐ始まったり、逆に遅れたり。規則正しく生理が来ないのはナゼ？

## みんなのお悩み 生理不順って？

**ひとくちに生理不順といってもいろんな症状と原因があります**

生理不順を訴えて来院される方が増えていますね。生理は、始まった日を1日目として次の生理が始まる前日までを生理周期とし、25～38日の間であれば正常範囲内ですが、24日以内の頻発月経、39日以上の希発月経で診察に来る方もいます。また持続日数が長く8日以上も月経が続く過長月経、逆に短く1日程度で終わってしまう過短月経の方もいます。頻発月経やだらだら出血が続く場合は、無排卵が原因のこともありますし、希発月経の場合は卵巣や下垂体の機能不全の可能性があります。

月経は通常3～7日持続するのが目安です。これより長い場合を過長月経といい、貧血が心配されます。逆に1日で終わってしまう方などは過短月経で無排卵が多いよう。月経量は1回、およそ80～180gが正常とされていますが、それより多かったり、またかたまりがたくさん出るときは過多月経。痛みがないからと放置せずに、隠れた病気がないかどうか診察をおすすめします。



教えてくれたのは

成城木下病院 木下智恵先生

産婦人科医。3人の子どもを持つ母親でもある。横浜市立大学医学部を卒業後、順天堂大学医学部産婦人科勤務を経て現職・成城木下病院産婦人科に勤務。専門は、産婦人科一般。

## 生理不順の主な理由はこの5つ

### 1 卵巣機能が確立していない

**卵巣機能の発育不全や生殖器形成不全の疑い**

2のホルモンバランスとも関わりますが、月に何度も出血がある方を調べると、無排卵出血だったということがよくあります。これは排卵をともなっての正常な月経ではなく、妊娠に備えたカラダの準備が整っていないということ。また発育不全のほかに生殖器形成不全の疑いがあります。

### 2 ホルモンバランスが整っていない

**不規則な生活や過度なダイエットが原因**

月経周期がのびたり、月経量が少ない場合は、卵巣機能不全が疑われます。これは、エストロゲンとプロゲステロンという2つの女性ホルモンの分泌バランスがくずれ、生理不順を引き起こすというもの。ストレスや過度なダイエットなどが原因になっていることが多いですね。

### 3 妊娠している可能性アリ

**妊娠で月経が止まるのは当たり前のこと**

月経は妊娠するためのシステムのひとつ。子宮で準備していたものが体外に出るのが月経です。それゆえに月経がない場合は、妊娠している可能性があります。そして妊娠している場合でも、正常な妊娠かどうかはまた別。妊娠を確認するためにも一度診察を受けたほうがいいでしょう。

### 4 器質的疾患が原因のことも

**治療が必要な隠れ病気が潜んでいることも**

子宮内膜症や子宮筋腫があると過多月経や頻発月経などの生理不順を起こすことがあります。月経血の多い過多月経は、貧血に進む場合があるため治療が必要。また、月経血と思いきや、それが不正出血で子宮頸がんや子宮体がんが隠れていることもあるので、月経以外の出血時は受診を！

### 5 薬の副作用など

**飲んでいる薬によって生理に影響するものも**

病気を治すためにある薬ですが、ものによっては副作用などもあります。それが原因でホルモンバランスをくずし生理不順になることもあります。生理不順が長期にわたって続くと妊娠しづらいカラダになってしまう可能性もあります。安易な自己判断は禁物。一度、診察してもらいましょう。

## 生理不順のはずが……

### 症例1 多嚢胞卵巣症候群（たのうほう）

卵巣に卵胞嚢胞がたくさんでき、それで排卵しづらくなるのが多嚢胞卵巣症候群。この病気はたまに排卵する場合と月経周期がのびる場合、ほとんど排卵しない場合などがあります。原因ははっきりしていませんが症状により治療法はさまざま。まずは診断を！

**治療法**

症状や程度によって治療法はさまざまですが、まずは子宮内膜の検査をします。そして、その結果により排卵を促す薬を処方することもあれば、ホルモンバランスを整えるための薬を投与することもあります。

### 症例2 高プロラクチン血症

脳の下垂体に腫瘍ができることで、高プロラクチン血症となり、その結果生理が止まってしまうこともありえます。プロラクチンとはホルモンのひとつ。本来は出産後の授乳中に多く分泌されるものなので、出産していないのに多く分泌されるのは異常なのです。

**治療法**

まずは、プロラクチンの値を検査で調べ、値が高い場合には薬が処方されるのが一般的です。また脳下垂体に腫瘍が存在するケースでは、CTスキャンやMRIなどでの画像診断が必要となってきます。場合によっては外科的手術も。

### 症例3 子宮奇形

無症状のために気づかないことも多いですが子宮奇形が原因ということも。1つの子宮が2つに分かれている場合、内腔に壁がある場合など……。人によってそれぞれですが、実際に診断を受けて初めて気づく人も多いので、まずは婦人科を受診して。

**治療法**

超音波やMRIでの検査により診断。手術になることもありますが、奇形であっても軽度の生理不順以外に症状がない場合は、正常に妊娠、出産できることも多くあります。自分のケースに合わせて医師に相談をしましょう。

どうしてこんなに痛いの？

# 生理痛

生理が来るたびに痛みを伴うとただでさえ
憂鬱な生理がさらに苦痛になってしまう！

## 生理痛ってこういうこと

### 比較できないからとガマンすると隠れた病気を見落とす可能性も

生理のたびに経験する痛み。「腰がだるい」「激痛で動けない！」など、痛み方は人それぞれ。他人と比べられないだけに、ガマンし続けている人も多いようです。

ただ下腹部や腰のひどい痛み、頭痛、吐き気やめまいで寝込んでしまうなどの生理痛は「月経困難症」と呼ばれ、病院で治療できるものが多いのです。ほとんどの場合は病気が隠れていない機能的疾患で、痛みのもととなるプロスタグランジンをおさえる鎮痛剤の投与で軽減します。ですが、注意しなければならないのは原因となる病気があるケース。子宮内膜症や子宮筋腫、子宮内膜ポリープなど自己判断できない病気が生理痛の裏側に潜んでいる場合も。こういうときは治療をすることで生理痛がなくなることも少なくありません。

ただの生理痛と思い込む前に、一度、受診することをおすすめします。器質的疾患がないということがわかれば、鎮痛剤とセルフケアでやりすごすこともでき

## 生理痛の主な理由はこの5つ

**機能的疾患**

### プロスタグランジンの分泌が多い

**子宮の収縮が過剰になり激痛が発生！**

プロスタグランジンには、不要になりはがれた子宮の内膜を血液とともに押し出すために子宮の筋肉を収縮させる作用があります。生理時には子宮の内膜からプロスタグランジンが分泌されます。ただ、このプロスタグランジンが大量に分泌されると子宮の収縮が過剰になり、生理痛がひどくなることがあるのです。激しい生理痛を訴える方のほとんどがこのケースで、鎮痛剤の投与でまずは対症療法をし、他の症状とあわせてピルを処方することもあります。

**器質的疾患**

### 子宮後屈

**体質的なものだけれど隠れた病気の可能性も**

基本的に病気ではありません。腹側に向いている子宮が背側に傾いている状態を子宮後屈といい、経血がスムーズにいかないで痛みを感じるようです。また生理前は子宮が大きくなりますが、子宮が後ろに傾いていると骨盤内で周囲の血管を圧迫して血流が悪くなり腰痛を起こすことも。子宮後屈はカラダの個性のようなものですが、子宮内膜症が原因で子宮と直腸が癒着してしまう場合もあり、生理痛や排便時痛がある場合には子宮内膜症の可能性も。

### 子宮内膜ポリープ

**生理中は見つけられずやっかいなポリープ**

子宮内膜ポリープとは、子宮内膜にできる小さいコブ状のもので、ホルモンの影響からできる場合がほとんどだといわれています。ただこのポリープがやっかいなのは、痛みが発生している生理中に見えないことが多いということ。他の器質的疾患がない場合でも、生理直後に再度受診するようにすすめています。生理直後であれば、発見しやすいからです。また治療はその状態によりますが、手術をして切除したり、ピルの投薬で経過観察することもあります。

### 子宮内膜症

**知らずに放っておくと不妊の原因にも！**

子宮内膜症は女性の10人に1人がなるといわれており、本来ならば子宮の内腔に存在する子宮内膜が子宮の内腔以外の場所にも生育する病気です。毎月、生理の時期になると、本来の場所ではないところに生育している子宮内膜も剥離・出血をしようとして、その場所でいわば内出血が起こり、痛みとなってあらわれるのです。症状により治療は異なりますが薬やピルを処方したり、場合によっては手術で癒着部分を切除することもあります。

### 子宮筋腫

**経血がスムーズにいかないのは筋腫が影響!?**

今や女性の5人に1人がなるといわれる子宮筋腫は、子宮の中に筋肉のコブのようなものができる状態をいいます。ただ子宮筋腫は良性の腫瘍で、時間をかけて少しずつ成長していきます。大きさは顕微鏡でようやく確認できる程度のものから、メロン大までさまざま。筋腫があることで生理のメカニズムがスムーズにいかず、痛みとして出てくるのです。治療は、切迫した状態にない場合は経過観察で、小さいものであればすぐに摘出することはありません。

セルフケアで痛みを軽減!!

## 血行不全を解消して、痛みを減らそう。

診察を受けて病気じゃないとわかったら、セルフケアで毎回の痛みを軽減させましょう。こんな方法が効果的といわれています。

### 1 ストレッチ

**気分転換もかねてカラダをほぐし、血行をよくする！**

ストレッチでカラダをほぐせば、血の巡りがよくなります。これが生理痛を和らげることにつながります。また、ストレッチは筋肉をほぐすだけでなくリラックスを促すので、それが生理痛の緩和にもひと役！さらに痛みによる憂鬱な気持ちもストレッチをすることで気分転換できちゃいます！

### 2 ホット飲料

**手軽にカラダの内側から温めるならホット飲料がおすすめ**

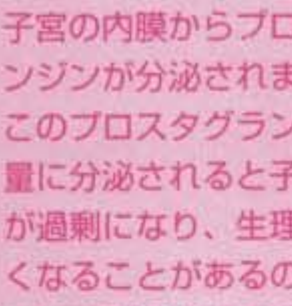
女性に多い冷えが生理痛の原因になっていることも。生理中はもちろん、それ以外のときもカラダを冷やさない工夫をすれば痛みも軽減されます。カラダを冷やす食材を避け、逆にカラダを温めてくれる食材をとるよう心がけるといいようです。手軽に体の内側から温めるホット飲料もおすすめ！

### 3 あったかグッズ

**TPOに合わせて、いろんなあったかグッズをとり入れて**

血行が悪くて痛みが発生している場合は、温めてあげることが痛み緩和の近道。おなかまわりが冷えないように薄着をやめて機能性インナーを着たり、また温湿布やカイロを貼るのもいいでしょう。ドラッグストアには、下着の内側に貼れる便利なあったかグッズもあります。

このアイテムもおすすめ！




めぐりズム 蒸気の温熱シート 下着の内側面に貼るタイプ（5枚入り）オープン価格／花王

生理痛がひどくて、肌あれもすごくて、婦人科へ行ったら**ホルモンバランス**を整える薬を処方してもらえた。肌あれも**治りました。**

痛み止めのほかにピルを飲み始めたら、肌あれにも効果があってビックリ。（美香・A大学4年）

冷や汗が出るほど痛くて、診察へ。**子宮内膜症**と判明し、今治療中です。

まさか子宮の病気にかかっているとは思いませんでした。検査してよかった！（真澄・K大学2年）

生理痛が激しくて……。病院へ行ったら、**子宮後屈**との診断。病気じゃないけど、経血が流れにくいみたい。

自分の子宮がどうなってるかなんてそれまで知らなかったから、病院に行って本当によかったです。（めぐみ・D大学4年）

ある日、下腹部に激痛がっ。調べてみると**子宮内膜症**だった……。

ただの生理痛だって軽く見なくてよかった。やっぱ病院って行くもんだなと。（祥子・T大学3年）

# 10人の心の叫び
# 「病気って知らなかった」

診察に行くまでは、ただの痛みだと思っていたのに……。そんなリアルVOICEを集めました。もしかしてあなたも心あたりあり？



ときどき、**雑巾を絞るような痛み**に襲われる。今、検査結果待ち中です

調べなかったら痛いままだし、同じ痛いままなら知ってて痛いほうがいいなと思って。（有希・H大学3年）

生理痛と生理不順の両方あって、調べてみたら**子宮筋腫が発覚!!**びっくり。

痛みをおさえる方法を教えてもらいに行ったんだけど、予想外の結果でした。（沙羅・D大学3年）

冬になると、生理痛がひどくて眠れない。診断の結果、冷えからくる血行障害と判明!!（はるか・J大学2年）

温める方法をいろいろ教わりました。それ以来、冬の生理は常にカイロと一緒です。

**痛い上に倒れる**ことも。**貧血**と診断されました。

ふーっと気を失うことがあって。病院で鉄剤を出されました。（沙耶・M大学2年）

生理中に友達とお茶をしてたら、すっごく痛くなって。救急車で運ばれ、**子宮内膜ポリープ**とわかった。まさか自分がと衝撃だった!!

ときどき痛みはあったんだけど、まさか自分のカラダのなかにポリープができてるとは思わなかった。（みさよ・O大学2年）

骨盤内の**血液循環が悪い**と、病院で運動をすすめられた。ヨガを始めたら、痛みが軽くなりました。

（美樹子・M大学4年）

ずーんと重い痛みがあって。運動をすると軽減しました。（真美・K大学1年）

# 代表的な性感染症の種類

## 1 クラミジア感染症

クラミジア感染症に感染しても女性の約80%、男性の約50%で何の症状も感じないといわれています。そのため、クラミジアに感染した人の大部分が自分では、気づかないよう。とはいえ、無症状だから放置していていいわけではありません！

**悪化 ← すると**

骨盤炎が引き起こされ、子宮外妊娠や最悪、死を招くことも

放置すると子宮頸管炎から骨盤腹膜炎を起こし、不妊や子宮外妊娠の原因に。最悪、骨盤腹膜炎にも気づかず、妊婦の死因にもなりうる子宮外妊娠を引き起こすことも！

**治療法 ← って？**

早ければ、クラミジア感染症は、抗生物質できちんと治療ができます。そのとき、セックスパートナーも同時に治療を行うことが重要。一回の投与で治療ができる薬もあります。治療後2～3週間目に、再度抗原検査を行い、確認することが大切です。

## 2 性器ヘルペス

ヘルペスウイルスにより、性器やお尻、またその周辺に水泡のようなものができます。さらにそれが破れ、ただれたような状態になって強い痛みになります。また症状が出ていないときでも、性器の皮膚や粘膜にウイルスが出てきて、パートナーに感染することもあります。

**悪化 ← すると**

日常生活を送ることが困難になってしまう！

強い痛みで排尿が困難になったり、発熱を伴うこともあります。また太ももつけ根のリンパ節の腫れや痛みも見られるようになります。

**治療法 ← って？**

症状をおさえることはできますが、残念ながら1年以内に8割以上が再発するといわれ、完治は難しいとされています。過労やストレスなどで再発することが多く、水疱やアフタ潰瘍ができます。たびたび再発する人には、それをおさえる治療もあります。

## 3 カンジダ症

もともと性器周辺やその他の体表に存在しているカンジダという菌が、異常増殖して発症する病気です。体調がいいときは大丈夫でも、免疫力が落ちると発症することがよくあります。外陰部にかゆみや熱っぽさが強く現れます。おりものが増加することも特徴です。

**悪化 ← すると**

パートナーとピンポン感染を繰り返す危険性アリ！

陰部に激しいかゆみが出て、こするとさらに悪化。赤くただれ、白いチーズのようなおりものがぼろぼろ出て、膣内から膣口、小陰唇や大陰唇にまで広がることも。

**治療法 ← って？**

抗真菌剤の膣錠を膣内に挿入し、外陰部にも炎症がある場合は抗真菌剤クリームを1日数回塗ります。毎日続けて1～2週間程度はかかります。入浴時にゴシゴシ洗うなどは避けましょう。またパートナーも治療しないとピンポン感染を繰り返すこともあります。

## 4 尖圭（せんけい）コンジローマ

尖圭コンジローマはHPVウイルスに皮膚の細胞が感染して1～3㎜程度のイボができる疾患です。このイボは、性器や肛門のまわりにでき、かゆかったり痛むこともありますが、ほとんど自覚症状がなく、見た目で気づくことが多いようです。

**悪化 ← すると**

自分だけでなく連鎖してしまうから気をつけて！

放置しておくといずれ迎える出産のときに、赤ちゃんの性器や肛門、のどにイボができたりすることがあります。またウイルスは子宮頸がんの原因になることも。

**治療法 ← って？**

クリームを患部に塗ったり手術で治します。液体窒素による凍結手術、電気焼灼手術、レーザー光線蒸散手術などがあります。治療には時間がかかり、人によっては再発することもあるので、治療が終了するまできちんと受診することが大切です。

## 5 淋病（りんびょう）

淋菌という細菌に感染して引き起こされる性感染症です。女性の場合は男性よりも症状が軽く、おりものが増える程度。ただ、男性が感染すると排尿時に激痛が走ります。それがもとで性感染症を疑って検査し、判明することが多いものです。

**悪化 ← すると**

炎症が広がり、卵の輸送障害に進展し不妊症になる可能性も！

放置すると子宮頸管炎が子宮内、さらには卵管内、腹腔内にまで広がることがあり、炎症によって卵管が周囲臓器と癒着すると、不妊症や子宮外妊娠の原因になることも！

**治療法 ← って？**

治療には、1日2～3回の薬を7日間ほど連続投与する場合が多く、薬をきちんと飲めばほとんど完治します。また最近では一回の投与で治療が可能な薬もあります。薬をきちんと服用しないと、淋菌が生き残ることもあるので服用量、期間は守りましょう。



いまや誰もがかかる可能性アリ！

# 性病

性的な行為によって感染するすべての病気をさし、その種類は20種類以上！



教えてくれたのは

池下レディースクリニック銀座　**池下育子先生**

帝京大学医学部卒業後、国立小児病院麻酔科を経て東京都立築地産院産婦人科へ。92年池下レディースクリニック銀座を開業。女性の心身のトラブル全般について取り組んでいる。

## 複数ついたあなたはちょっと心配！婦人科へ行ってみては？

チェックして！

- ☐ 原因不明の腹痛がある
- ☐ 性器にかゆみがある
- ☐ おりものの色が濃くなった
- ☐ おりもののにおいがきつくなった
- ☐ おりものがずっと出ている
- ☐ 急にトイレが近くなった
- ☐ 排尿痛がある
- ☐ 複数の人と同時につき合った
- ☐ 月経でもないのに出血をした

性感染症はSEXだけでなく、キスなどによって、陰部だけでなく、口腔、のど、気道、目からも感染することがあります。気になることがあったら、婦人科へ！

# 10人の心の叫び

# 「病院に行って、よかった!!」

話しづらいけど、放置しておけない性感染症。経験者たちは病院に行ってコトの重大さを知り、行ってよかったと口をそろえます。

**妊娠したかもと思って、病院へ行ったら、予想外にもクラミジア感染症と判明。注射と内服薬で治りました。**

性病なんてまったく疑ってなかったし、まさか自分がかかってるとは思いませんでした。（美映・F大学2年）

**彼氏とHしたあとに、かゆみと痛みがあって……。検査を受けたら、カンジダ症だった。**

もしかしたら性病うつされたかな？ とは思ったんだけど、本当にかかっててショック。（華・K大学2年）

**「痛い!」と思って婦人科に行ったら、赤いブツブツが。性器ヘルペスとわかりました。**

トイレットペーパーで拭くときに激痛が走って。ヤバイ！ と思ったら本当にヤバかった。（真奈・M大学2年）

**風邪をひいて、内科を受診。脚のつけ根が腫れていると婦人科に回され、性器ヘルペスだとわかった。予想外すぎた。**

それまでも疲れると脚のつけ根が腫れたりしたんだけれど性感染症だとは思わなかった。（千明・H大学4年）

**腹痛で救急車で運ばれたら、クラミジアが腸まで達してた。知らずにいたらと思うと怖い。**

先生から結果を教えてもらったとき、聞いただけでめまいがしそうでした。（沙恵・Y大学4年）

**おしっこするときに、痛くて膀胱炎かと思ったら、なんと淋病だった!!**

おしっこのときに痛いのは膀胱炎のせいだろうって当たり前に思ってたんだけど……。（美帆・M大学3年）

**彼氏が性病にかかり、一緒に検査へ。やっぱりうつってた。早めにわかってよかった〜。**

性感染症ってどっちかが治してないと繰り返すから治療は絶対だと思う！（真世・M大学2年）

**彼氏が性病になって、「浮気しただろ?」とケンカに。検査に行ったら、私には何もありませんでした。よかった〜（怒）。**

潜伏期間もあるみたいだから、もう少し期間をあけたら再検査に行こうと思います！（陽子・S大学2年）

**生理痛で相談に行ったら、無症状の尖圭コンジローマが偶然にも発見されました。放っておくとイボになるみたいで、早く気づけてよかった〜。**

性病って無症状のものも多いと聞いて、自分の無知にびっくり。やっぱ一度は受診したほうがいいかも。（里美・S大学4年）

**「アソコがかゆい」と思って、婦人科を受診。カンジダ症になってました。薬を出してもらい無事完治。早めに行って、大正解でした!**

前にもかゆくなったことがあるんだけど、あれもきっとカンジダだったんだろうな。（美花・R大学2年）

# なのリアル体験談



こんなことになるとは思ってなかった…。そんな女のコたちの体験談を紹介。もしかしたら次はあなたの番かもしれません。

## 01 生理不順に悩まされた6年間

友達の何げないひと言で婦人科に行ったら……



「友達とケンカしたり、仲間はずれにされたりして、きっとストレスがたまったんでしょうね」と中学3年生のころひどい生理不順に悩まされた経験を話すTさんは、今、大学3年生。

「生理が半月以上続いたり、2カ月来なかったりということが繰り返し繰り返しありました。そのあと、高校に入るといったん落ちついたんです。でも、また大学生になったころから周期が不安定になって……」。ここ1年は、色のついたおりもののようなものが出るだけで、きちんとした生理があるのは3～4カ月に1度のペースだったそう。

「ペースがバラバラなのも気になっていたんですが、ここ半年は生理が来るとうずくまってまったく動けなくなるくらいに生理痛がひどくて。量が少ないのに痛いってどういうこと？ ハタチも越えたし、私は女性のカラダとしてどこかおかしいのかな？ なんて思い詰めたりもしました。一方で、深く考えると怖いから（笑）、一人暮らしで不規則な生活だからかな？ なんて思うようにもしていたんです。実際、中学のころのようなストレスも特に感じていなかったし……」。そんなとき、「生理不順は放置していると、何らかの病気のサインだったりするし、今後不妊とかで悩まされるかもよ」という友達の何げないひと言で婦人科を初めて受診することに。



「先生にすすめられて低用量ピルを飲みはじめたら、面白いぐらいにすべてが解決しました。いわれた通りに薬を飲むだけでです。ときどき多少の生理痛はあるけれど、ずいぶん楽です。早く受診しておけばよかったな……」。6年にも及ぶ悩みから解放されたTさんは今、将来を見据えて就職活動に本腰を入れています。

## 02 ただの生理痛だと思ったら

激痛に襲われて病院へ行き子宮内膜症と判明！







おなかに手をあてながら「初潮のときはさすがに覚えていないけど、それ以外の生理は痛みとの闘い」と話すNさん（大学4年）は、最近まで女性全員が生理痛に悩まされていると思っていたそう。

「痛みって人それぞれだからわかりにくいじゃないですか？ 転んだだけで痛がる人もいれば、ひびが入っても強がる人もいれば、青あざで大げさに騒ぐ人もいるし。だから、みんなよく生理痛をガマンしてるな～って思ってたんです（笑）」

Nさんの生理痛は、いつも決まって経血量が多いときが重いという法則だったそう。「あ、また生理痛だと思ったんです。けれど、そのときは生理になる2週間ぐらい前で。おかしいな？ 痛みは生理痛と同じなのに、生理来てないし～って」。異変があった生理痛は、去年の夏のこと。「ふだんから生理痛は激しかったけど、そのときは、腰も痛くて。さらに数日後にはおとなしく寝ていられないほどの痛みになって。盲腸かと思って病院に行ったんです」

病院では内科から「盲腸ではない」と診断され、そのまま婦人科へ。「先生に、年々生理痛がひどくなってない？ って聞かれて、どうしてわかるんだろうって思いました。でもそれって、子宮内膜症の王道だったみたい。経膣超音波検査、血液検査、MRI検査をして、さらに腹腔鏡検査をして隠れ病気も探してもらいました。結果は、やっぱり子宮内膜症。幸いなことに癒着がすすんでいなかったので、ピルを服用しています。あれから1年半。今は、生理痛がほとんどないんです。市販の鎮痛剤を4時間おきに飲んでいたのがウソみたい」。

重たい腰をあげてやっと婦人科検診に行ったNさんは、「肌あれも治りました」と美肌を輝かせていました。

# こうなる前に…… 本当にあったみん

## 03 突然の不正出血に隠れた病気

### 不正出血は子宮頸管ポリープのサインだった！



「生理不順で生理痛持ちでした」。自分のことをこう話すMさん（大学2年）は、毎月の月経困難症をみんなと同じぐらいにしか思っていなかったそう。

「女子同士で中学のころから、ナプキン持ってる？　とか腹いてぇって普通に話すじゃないですか。だから生理痛も生理不順もよくあることだと思ってて……」。でもその考えを180度変えなければならない事態になったのは2年前。

「あまりの痛さで眠れなかったり、朝、起きられなかったり……。テスト期間中なんて最悪でした。このままだと私、生理で人生変わっちゃうって思いましたもん。生理中のテストはいつもより3割ぐらい回答率が落ちるから(笑)」。見るに見かねた母親が婦人科に行くことを強くすすめ、Mさんは初の婦人科検診に行くことを検討。その直後になんと不正出血事件が勃発！



「1週間ぐらい不正出血が続いて。やっぱり婦人科に行くしかないなってあきらめたんです(笑)。でも行ってみるとただの明るいクリニックで、なんだって拍子抜けしましたね。心地いい音楽は流れてるし、好きなように水は飲めるし、先生はやさしいし」。そしてくつろいだ気持ちのまま診察を受けた結果は、子宮頸管ポリープ。

「子宮頸管ポリープはもともと良性らしいんだけど、ごくまれに悪性のことがあって病理組織検査っていうので良性かをたしかめるそうなんです。だったらって最初からとってもらったんです。処置は簡単で、ポリープを根元からねじりとるだけ。それ以来、婦人科へのハードルが低くなって定期的に通ってます。今は悩みナシ！　生理痛のことも相談して、あとは勉強の成績だけ(笑)」



## 04 子宮外妊娠で命の危険に！

### 生理不順だと思ったらまさかの子宮外妊娠

「いつも生理不順だったから、そのときも同じだと思ったんです。そのうち生理が来るだろうって……」。肩を落として低い声で話すSさん（大学3年）は、ショックからまだ立ち直っていないよう。

「生理は来ないのにちょっと胸が張ってる感じがして……。2カ月来なかったから、受診したんです」。その結果、子宮外妊娠と判明。

「子宮外妊娠といっても妊娠に変わりはないから、自覚症状としては通常の妊娠と同じなんですって。私の場合『恐らく、左の卵管に妊娠していますね。子宮と違って卵管は赤ちゃんの成長とともに大きくならないから、このままだと卵管破裂を起こし、最悪の場合はショックで命を落とすこともあります』と先生から説明を受けました」。その日、母親を病院に呼び寄せ、彼氏も交えて相談。すぐに入院することにしたそう。

「腹腔鏡を使って、おなかに穴をあける手術をしました。ひどい場合は、そのときに卵管をとってしまう場合もあるらしいんですが、将来、出産する可能性を期待して、卵管温存する方向で手術してもらったんです」。その後9日間入院し、Sさんは無事退院。

「カレとはその後も交際が続いていますが、ぎくしゃくしています。あんなにラブラブだったのに……。でも、セックスを見直すいい経験になりました。避妊をしなければ、妊娠する可能性がいつだってあるんだってこと。妊娠しても正常な妊娠ばかりじゃないってこと。今は、ぎくしゃくしてるけど、『別れよう』って逃げないカレのことも見直しています。まだ手術から3カ月。Hは怖くてしてないけど、春になったら旅行に行こうねって約束してるんです」



# なトコでした!!」

byイラストレーター　土井ラブ平さん

「検診って実際に何するの?」「何か痛そう……」。そんなふうに思うコも多いはず。今回、検診初体験の本誌編集女子が体験レポート!






一度でもHの経験があれば疑って

## 子宮がん
### 検診

子宮がんは子宮頸がんと子宮体がんに分けられ、症状も治療法も違います。今回は、若い女性に多い子宮頸がんがターゲットです!

池下レディースクリニック銀座
**池下育子先生**

子宮頸がんとは、子宮の入り口にあたる子宮頸部にできるがんのこと。初期は自覚症状がありません。

子宮頸がんはヒトパピローマウイルス（HPV）の感染によって発症することがわかっています。HPVは性交渉によって感染するもの。セックスの経験が一度でもあれば、誰でも感染しうるということです。

子宮頸がんは細胞診とHPV検査でほぼ発見することができ、がんになる前の病変も治療でほぼ完治できます。つまり、子宮頸がんは定期的な検診で予防できるんです。ただ、放置しておくと、骨盤や子宮にがん細胞が達して、膀胱や直腸にまで広がる可能性もあります。その場合、子宮全摘術を行うことも……。子どもが産めないカラダになることも可能性としてはあるのです。コンドームをつけた性交で、ある程度は予防できますが早期に見つける方法は検診しかありません。HPVのワクチンも最近発売されて、予防がかなり可能に。年に一度は検査を受けてくださいね。

# 「婦人科ってこん




女性特有のがんで最も高い発生

# 乳がん

## 検診

現在、女性がかかる率がNo.1の乳がん。他のがんと違い、若い年令で発症するのが特徴ですが、他のがんと同様、最悪、命を落とすことも!

成城木下病院
**木下智恵先生**

「見つかることが怖い」と検診に来ない方がいます。乳がんは、全身に転移すれば、それだけ死に近づく病気です。乳がんの半分ぐらいでは痛みがないのですが、それでもしこりとして自分で見つけることができる数少ないがんでもあります。しこりに気づき来院される方が多く、手を上げると乳房にへこみやひきつれができるのが気になって検診を受けられるケースも。

乳がんを見つけた場合、進行具合によって治療は異なりますが、早期であれば手術によって根治します。

最近ではマンモグラフィ検診（乳房X線撮影）を受ければ超早期段階の乳がんを発見できるようになりました。とくにＲａｙ読者のような若い世代の女性は、しこりなのか乳腺が張っているのかの区別がつきにくいので、検診はとても有効です。乳がんは、早期発見・治療をすれば、治るがん。毎月、生理直後に自分でしこりがないか探すクセをつけてください。また１年に１度はマンモグラフィ検診を受けてくださいね。

# 妊娠キーワード☆

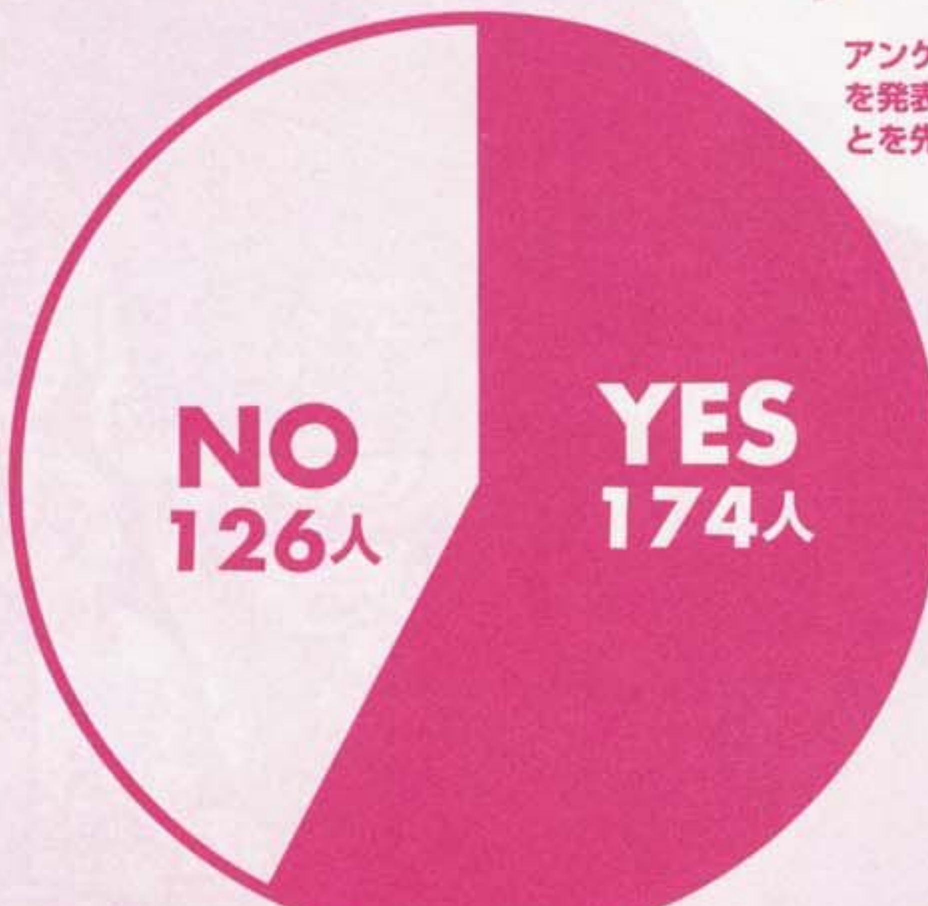
産みたい！と思ったときに妊娠できるとは限らないから、今から知っておいたほうがいいことを5つのキーワードで紹介します。

女子大生300人にアンケート！

## 妊娠リサーチ！

アンケートで判明した妊娠への思いを発表します。また妊娠にからむことを先生に教えていただきました！

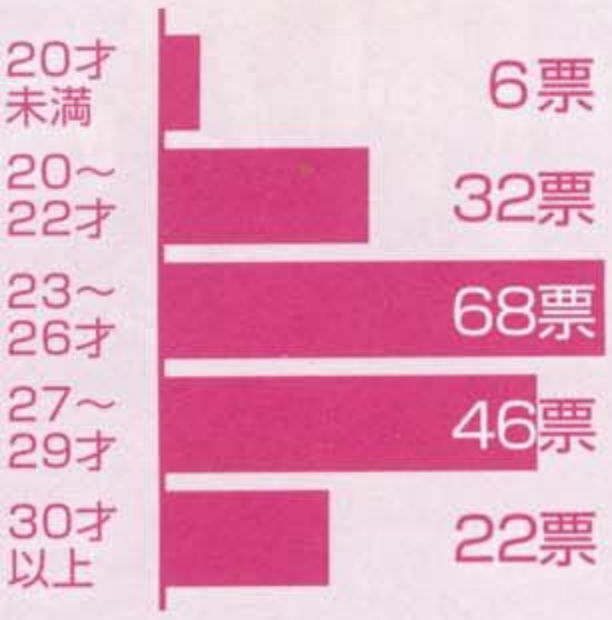
### 将来、妊娠をしたいと思いますか？




半数以上が今すぐではなくても、いずれは妊娠したいと思っている結果が浮き彫りに！ もちろん「まだまだ実感がない」という声も多数。「妊娠＆出産できる女性に生まれついたのだから経験できるならしておきたい」との声もありました。

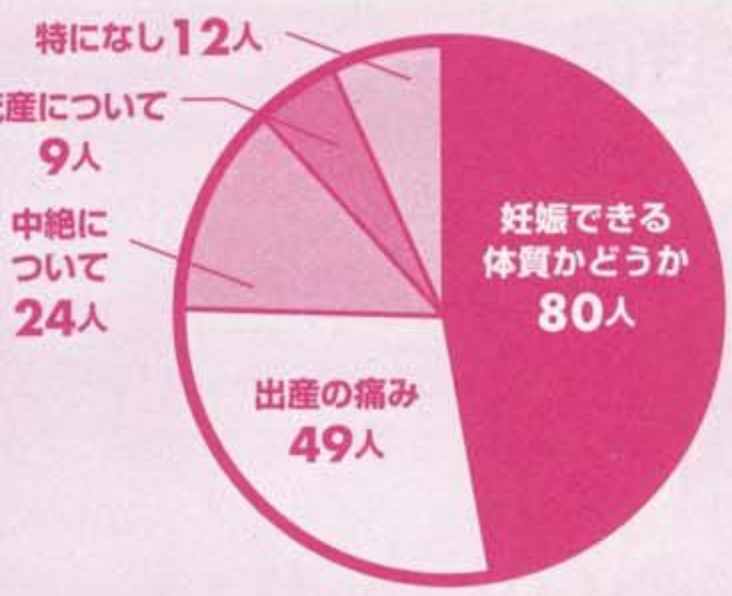
### 妊娠したい年令は？

「YES」の人に聞きます！




「大学卒業後、就職して3年ぐらいで仕事が軌道に乗ったら」「経済的に安定したら」と答えた人が圧倒的多数でした。ただ「若いママになりたい！」「子どもを産むのは本当に大人になった30代以降でいい」など、人によって考え方もまちまちみたい。

### 妊娠に関して、気になることは？




不妊治療や高齢出産という言葉が一般的に使われるようになった今、素朴な疑問として「私は妊娠できるカラダなの？」という疑問をみんな漠然と抱えているよう。またテレビなどでいきむ姿がクローズアップされるせいか出産時の痛みに対しても敏感に関心を寄せています。

## KEY WORD 1 「HPVには要注意！」

**HPVって？**

HPVは、ヒトパピローマウイルス（Human Papilloma Virus）の略で、現在までに100種類以上の型が発見されています。高リスク型HPVにかかると、無症状ではあるものの時間がたつにつれ子宮頸がんになるリスクが高まることが医学的にも証明されています。HPVは、発がんに密接に関連しているといわれているウイルスなのです。

**池下レディースクリニック銀座 池下育子先生**

**セックスの経験が一度でもあるなら検査を！**

HPVは、性行為で感染します。密接な粘膜の接触で感染するので、防ぐ方法は、セックスをしない、もしくは、粘膜同士がまったく触れあわないようにコンドームをつけるしかありません。一度でもセックスの経験をしているのなら、感染している可能性はあります。

**成城木下病院 木下智恵先生**

**自覚症状がないからこそ注意が必要です！**

感染してもほとんど自覚症状がないHPVは、感染＝発症ではないのが難しいところ。妊娠中に子宮頸がんを発見するケースもあります。ただ、最近では研究が進み、日本ではこの10月にワクチンが承認されました。子宮頸がん予防に貢献できると期待されています。

## KEY WORD 2 「できれば中絶の経験をしないですむように」

**中絶って？**

一般的に今の日本で中絶とは、母体保護法の適用によって妊娠22週未満の胎児を人工的な手段で流産させることをさします。平成20年度に母体保護法に基づき届け出がなされた人工妊娠中絶の数は24万2292件。中絶手術を受けた妊娠女性は14.9%で厚生労働省が発表した理由のトップは「相手と結婚していない」が25.6%でした。

**池下レディースクリニック銀座 池下育子先生**

**中絶は女性のカラダに負担をかけます**

セックスを楽しむのはいいのですが、妊娠を望まない場合は必ず避妊をしましょう。たとえ避妊に失敗してもモーニングアフターピルで妊娠の75〜90%は防げます。ただし、予定外の妊娠でカラダに負担がかかるのは女性だけ。セックスは命に関わるという認識を！

**成城木下病院 木下智恵先生**

**中絶しないですむようにまずはきちんと避妊を**

何度も中絶をするのは、肉体的にも精神的にもおすすめできません。重責を背負って一生歩まなければならないのは辛いこと。いいタイミングで妊娠できるようにきちんと避妊を！ もし避妊に失敗しても72時間以内ならモーニングアフターピルを飲む方法があります。

## KEY WORD 3 「流産しないためには、ココに気をつけて！」

**流産って？**

流産とは、妊娠22週未満で妊娠が終わってしまうことをいいます。12週未満の流産を早期流産、12週～22週未満の流産を後期流産といいます。頻度としてすべての妊娠女性の15%に起こるといわれています。主な原因は受精卵の問題、染色体異常など胎児側の理由によることが多くなっていますが、受精卵の異常が起きる原因はわかっていません。

**池下レディースクリニック銀座 池下育子先生**

**正常妊娠かどうかきちんと確認しましょう**

妊娠がわかったらまず、それが正常な妊娠なのかが確定するまで、きちんと通院することが大切です。早期流産には、医師にも母親にも予防の手立てがありません。ただそれ以降であれば、転ばないこと、おなかを強くぶつけないことなどが注意できるでしょう。

**成城木下病院 木下智恵先生**

**高齢になればなるほど流産の危険は高まります**

20代では10人に1人なのが40代を過ぎると4人に1人に。年令が高くなるほど、卵巣の卵は加齢して流産の確率が高くなることは知っておいたほうがいいでしょう。卵巣機能が衰え始めると妊娠率も下がり、目に見えない流産が起こっていることもあります。

## KEY WORD 4 「いつ産むか計画的に考えてみよう！」

**高齢出産って？**

高齢出産とは、初めてでも2回目であっても35才以上で妊娠・出産することをさします。高齢出産で健康な赤ちゃんを出産している人も世の中には多いのですが、妊娠のしにくさや染色体異常などが起こる可能性が高くなる場合も。基礎知識として、高齢出産になるほどリスクはある程度、高くなると認識していたほうがいいでしょう。

**成城木下病院 木下智恵先生**

**リスクとリミットをきちんと踏まえて**

男性の精子は毎日作られますが女性の卵子は加齢とともに老化します。そのため年令別の流産率を比較すると、20代で10%だったものが、40代で20～25%程度に。妊娠する意思があるのなら、20代から出産に前向きに取り組むといいのでは？と思います。

**池下レディースクリニック銀座 池下育子先生**

**出産できる状況なら早めの出産を**

妊娠はおめでたいことですが高齢出産では、生まれてくる子どもに影響がある可能性が高いだけでなく、母体の生命に関わるリスクも。不妊治療が進歩しても、妊婦の負担は軽くなりません。若いうちに出産できるなら、そのほうがリスクは低いのです。

## KEY WORD 5 「不妊症は治療できる病気です」

**不妊症って？**

不妊症とは定期的な性生活を送り、とくに避妊などをしていないのに、2年以上妊娠しない場合をいいます。残念ながら100%成功するものではありませんが、医療技術の進歩はめざましく、以前に比べると不妊治療による妊娠率は格段に高くなっています。不妊症は治療できるのです！

**池下レディースクリニック銀座 池下育子先生**

**性感染症が不妊の原因になっていることも！**

性感染症であるクラミジアには注意が必要です。クラミジアに感染したまま放置していると、卵管を癒着させ、不妊の原因となります。自覚症状がないまま症状が進行することが多いので、感染しているかどうか、定期的にチェックしておきましょう。

**成城木下病院 木下智恵先生**

**不妊の原因は検査である程度わかります**

婦人科を受診するとき、超音波での内診もしておきましょう。そうすると、不妊の原因にもなるといわれる子宮筋腫や卵巣嚢腫の発見率が高まります。不妊の原因になる要素がわかれば、それだけ治療方法が見つけやすくなります。

者の「将来こんなママになりたい」人気No. 1

# 市井紗耶香さんに聞くステキなママになる方法

ー娘。として大活躍し、結婚と同時に休養。夏に芸能界復帰した市井さんはなんと2児の母！　結婚や出産、子育てなど気になるアレコレを聞きました。



## 大切な人が増えていくことは人生が充実していくこと

妊娠が判明したとき「うれしさと同時に不安もありました」と穏やかに語る市井さんは、モー娘。時代よりもどこかイイ女度が増しているよう。「私のカラダの中には、カレの子どもがいるんだってうれしいのと驚きと不安と……いろんな気持ちがありましたね。でも、突然の妊娠を母親に報告したとき、『おめでとう』っていってくれたんです。そしたら、不安がスーッと消えていきました」

大好きな人との間に新たな命を授かる。これはとても素敵なこと。「妊娠がわかってからは、自然と母性が出てきましたね。でも、おなかが大きくなるにつれて、違った不安も生まれて。『母親としてしっかりと育てていけるの？』って。でもったり、勉強したり。そうして迎えた出産で、赤ちゃんと初対面したとき『天使みたい！』と思ったんです。主人も『天使が舞い降りた』っていってくれて。2人で同じことを思ったのがうれしかったですね」

そして、その2年後に2人目を妊娠。「2度目だから安心感もあったけれど、2人の子どもを『平等に愛せるかな～』と今思えば、取り越し苦労のような不安がありました(笑)。今ではしょっちゅうケンカしているのに、でもやっぱりいっしょにいたがる子どもたち2人を見てい

5才と2才の子どもを育てながらの芸能界復帰。「働くことで、子どもとの時間の過ごし方はもちろん、主人への思いも変わりました。お互いの存在がより大切になったというか……。独身時代は思ったことがなかったのに『もっと長く生きたい！』と強く感じるようになりましたね。家族の存在のおかげで、表現者としての自分を外に出していく勇気を得た感じ。結婚すると、カレの嫌な部分も見えてくるけど、それも含めて主人のことが好きです(笑)。楽しいことも苦しいこども、みんなで共有しているから、人生、

### Daily photo of children
By Sayaka Ichii







上〉下の娘は、公園の遊夢中。いつも外でやんっぷりを発揮してます。私の手をぎゅっと握りてくれるお姉ちゃん。ずいぶん大きくなりま。〈右下〉エナメルの靴人にプレゼント。お出するときには、おそろはいています。

## Q1 市井さんにとって結婚ってなんですか？

結婚って、お互いを高める儀式のようなもの。価値観が合うことはもちろん大切。子育ても家事も仕事もいっしょに分け合いつつ成長していけたら、ベストですよね。結婚相手を決めるときに一番見てほしいのは、自分自身の家族を大切にしているかどうかってことかな。そういう人って絶対、将来の家族のことも大切にしてくれますよ。

## Q2 妊娠＆出産って大変じゃないですか？

初めての妊娠はすごく不安でした。でも、初めておなかの中に胎動を感じたとき、神秘的な気持ちになって。どんな顔かな？どんな声かな？って。出産して子どもと対面した瞬間から、「この子のためならなんでもしたい。一生を捧げたい」って思いが自然とわき上がってきたんです。母親って、大変だけどとっても素敵な役割なんです。

**PROFILE**

いちいさやか●1983年12月31日生まれ。98年、モーニング娘。に第2期メンバーとして加入。02年、市井紗耶香inCUBIC-CROSSを結成。04年5月に結婚し、出産。09年8月、芸能活動を再開。9月東京ガールズコレクション出演。http://ameblo.jp/ichii-sayaka/

## Q3 子育てと仕事の両立ってできますか？

家事も育児も仕事も完璧にはできないのが正直なところ。だから、無理をせず少しずつ次にまわすようにしています。仕事の日は主人も「朝ご飯、作らなくていいよ」っていってくれたり、まわりのやさしさに支えられています。子どもも私をテレビの中に見つけると、ママじゃなくて「いちいさやかさ～ん」って呼んだりして、すごく可愛いんです(笑)。

ベアトップワンピース 18,690円、ジャケット 34,650円、ネックレス 29,400円／以上Of STYLE　その他／スタイリスト私物

撮影／久保親平、小見野みどり
イラスト／西野ヨシキ　地図／ログテック

# 読者のホットな話題をお届け！
# From Reader's Ray
フロム リーダーズ レイ

2009年もあと少し。どんな1年でしたか?
じっくり振り返って2010年はさらにHAPPYな1年にしましょ☆

## プリ♥クラの姫トーク。
プリ♥クラがワイワイから騒ぎ！

毎月プリ♥クラが、話題のスポットを突撃！ 現場リポート＆恋バナを繰り広げます。今月は池袋のサンシャイン60にあるおしゃれな中国料理店で語っちゃいました。



八木麻衣子さん 上智大学4年
伊藤友里さん 立教大学4年






↑同じ4年生ということもあり、気が合ったのか話もヒートアップ！

ジョーズ・シャンハイ・ニューヨーク名物の小籠包に舌つづみ♥



↑ウエイターさんが小籠包の食べ方を丁寧に説明してくれます。
↑N.Y.本店でも行列ができるくらい人気の蟹味噌小籠包（4個980円）。
←レンゲにおさまらないくらいビッグサイズ。蟹の肉汁を逃さないように食べます。もちもちした食感も◎。

おじゃましたのは ジョーズ・シャンハイ・ニューヨー



東京都豊島区東池
1 サンシャイン60ビ
☎03・5952・8835 営1
分〜23時（ラストオー
22時） 無休 晴れた
は美しい夜景も楽しめ



今月のお題
## 恋のライバルが現れたらどうする!?

**伊藤（以下(伊)）**「今日は恋のライバルが現れたらどうする!?ってお題だけど……」

**八木（以下(八)）**「まず自分に彼氏がいて、どうやら彼氏のことを好きな女のコがいるらしいってパターンから話そうよ」

**(伊)「彼氏がそのコをどう思ってるかを聞く」**

(八)「ストレートだね！」

(伊)「ううん、〝○○ちゃんって可愛いよね〟って話題を出して、なんていうか反応を見る(笑)。〝そお?〟って感じだったらそれで安心できるじゃん」

(八)「もしほめたら?」

(伊)「もし〝性格いいよね〟みたいな感じで好印象の場合でも、〝そうだよね、女のコらしいよね〟って同調するよ。とりあえず探りを入れたってだけだからさ」

(八)「あきらかによく思ってそうだったらどうする?」

(伊)「ヤキモチ焼きだから〝えーじゃあそのコとつき合えば〟っていじけちゃうかも。〝全然ゆりのほうがいいよ〟っていってもらいたいのがホンネだけど……」

(八)「でも可愛くいじけることで、そのコと遊んでほしくないってことは伝わるし、いいよね」

(伊)「ケースバイケースだけど、そのコが彼のことを彼女持ちだって知らないだけかもしれないから、そのコに彼と2人で一緒にいるトコを見せるとか……」

(八)「私は、何もいえない派だから、1人でオロオロしちゃうかも」

(伊)「えーそうなんだ」

(八)「たまたまそのコの話が出たらいうかもしれないけど……。自分から話題を向けるのとかは無理。ライバルが現れたってだけで、すぐどうにかなってるわけじゃないし」

(伊)「そうだね。明らかに気を持ってて、電話とかメールをしてきてたらヤダけど……」

(八)「えーヤダヤダヤダ」

(伊)「じゃあ、好きな人がかぶってるパターンだったら?」

(八)**「それもまさにケースバイケースだよね。仲いい友達だったら微妙だし。どっちがつき合ったら幸せになれるかを考えちゃうかも(笑)。あと自分の好きの度合いにもよる」**

(伊)「そういうことあった?」

(八)「大学入学当時にいい感じになった人がいたのね。でも私も知ってるコで彼のことを好きなコがいたの」

(伊)「うんうん」

(八)「そんなときその彼から直接〝今気になってるコがいて1人はもちろんオマエなんだけど、もう1人は☆☆なんだ〟っていわれたの。私もその話はなんとなく知ってたから、〝らしいね〟って返したら〝☆☆、携帯にオレのフォルダを作ったんだよね〟って話されて」

(伊)「えーそんな話をする人ヤダ。試されてるみたいじゃない? 〝オマエはどうなの?〟的な……。その時点で冷めちゃうかも。お幸せに〜みたいな感じで(笑)」

(八)「うん、自分はそこまで好きじゃないなと思って引いたよ。その後2人はつき合ってたけど」

(伊)**「好きな人がかぶるのは、高校のときはしょっちゅうあったな。〝自分は●●クンのことが好きかも〟ってまわりに相談してた。一番乗り的な感じで(笑)」**

(八)「なるほどー、積極的だね。そうしとけばライバルのコもアピールしにくくなるっていうか……。それは結局実ったの?」

(伊)「私はライバルがいるいないにかかわらず、自分に好意持ってくれた人に夢中になっちゃうタイプだから、アピールして、告白してくれた人とつき合ってたよ」

(八)「相手が好意持ってくれてるって聞くと急に気になる存在になったりするよね」

(伊)「話は変わるけど、もし今自分がサークルに入ってて1年生が恋のライバルになったらかなわないって思っちゃわない(笑)?」

(八)「わかる！ なんか平成生まれってヤバいよね。みんな自信持ってるっていうか。勢いが違うもん」

(伊)「なんか4年生同士っぽい会話になったところで今回はお開きにしますか(笑)」

今月のまとめ

♥「相手がそのコをどう思ってるか聞き出す」（伊藤さん）

♥「自分の気持ちと、ライバルの気持ちどっちが本気か考える(笑)」（八木さん）

…をめざす
…の悩みを
…で解決！

# Beautyプリンセスへの道 第14回



真のモテ子たるもの、外側も内側もキレイであるべし！ ということで今月も"美"を追求するため、読モが体験レポートします！

お悩み 手軽にできる 手作りカードの作り方を知りたい



お悩み相談者 伊藤友里さん 立教大学4年

"心のこもった可愛い手作りカードを作る！"

イベント時期だからこそクリスマスのメッセージカードや年賀状をセンスよく手作りできれば注目度大。これで女子力UPを図りたい♪

## 解決 Mission カリグラフィーでグリーティングカードを作る♪

歴史ある文字"カリグラフィー"を学んで女子力を感じさせるグリーティングカードを制作します！



今回担当してくれたのは
**河南美和子先生**

カードやメモもきれいな字で書くと周囲からの評価が上がるはず。今回はカリグラフィーの基礎を学び、歴史や技法に触れましょう。

まず…

### カリグラフィーとは

1 "美しく書かれた文字"が語源
2 西洋の書道
3 中世の手書き写本文字

### 羽根ペンにインク！ 初心者はマーカーを使います

使うのはコレ



羽根ペン、マーカーともにペン先が平らなものを使用。まずはマーカーで書き慣らしてから。

### Lesson1 マーカーで描く

1 文字の高さはペン先（横幅）の5倍
2 ペン先の角度は45度に
3 文字の傾きは5度右に傾けるのが理想




最大のポイントはペンの角度は斜め45度をキープし、向きを変えないで書くこと。縦線を太く、横線を細く書くことができます。

**まずはひたすら練習！**



**ラインはまっすぐ少し傾斜をつけて**

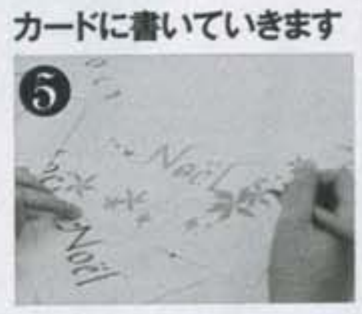


基礎勉強はイタリック体でトライ。上の"n"を書くためにまずはマーカーで線を書く練習。しかし、ペン先がかたくて平らなので、まっすぐ書くのがかなり難しい。

**こんなに練習しました**



**カードに書いていきます**



### Lesson2 ペンで書く

「new year」と書いて年賀状を作ります






お手本を見ながら、45度前後の傾斜でスタート。力を入れずに書くとキレイな線に。

ペン先にインクをためた状態で書くので、ほどよい傾斜のついたボードが最適。大きな文字を書くときは金属ペンで、細い文字なら羽根ペン！ 種類によっても細さや線のニュアンスが違うので、書き分けて使います。

ペンはインクの出具合を調節するのが大変






**見て見てー**





ペンで書いたニューイヤーカード！

…ーで書いたクリスマスカード

SCHOOL DATA

…グラフィー・ライフ・アソシエイション

…東京都渋谷区代々木1-31-15-1F(JR…々木駅西口から徒歩2分) ☎03-…3-3255 ★毎月、季節に合わせ…内容で授業をしています。1月は…ンタインの「LOVE」カード。…・お問い合わせは上記電話番号…ホームページhttp://www.callig…hy.co.jp/ja/にアクセス♪




## 伊藤友里さんの体験レポート

羽根ペンにインク。なんだかハリー・ポッターの映画の中に出てくる道具みたいで、テンション上がっちゃいました。でも最初はマーカーから練習です。

イタリック体で"n"を練習。最初はうまくできなくて、「帰りたい……」と思ったけど、紙いっぱいに練習したら、自然と楽しく書けるように♪

フランス語でクリスマスという意味の「Noël」でカード作り。文字のまわりの飾りも、書き方を応用。平らなペン先を使って描いたポインセチア！

傾斜台を使うと本格的にカリグラフィーをしてるって気分♪ 「new year」の文字を10回くらい練習したら、コツをつかめたので、いざ、ハガキに本番！

大きな文字は金属ペンで書きました。羽根ペンはペン先がかたくて細いので細かい文字を書くときに使用。いろんなペンを使って1枚のカードを完成させました。

お悩みは… ペンが1本あれば不器用な私でもできる

たいへん解消されました



字をじっくりと書いてみて改めて「素敵な文字を書ける」って女子力高い！って実感。ペンだけでできる、お手軽さも♪ さっそくクリスマス＆年賀状はコ…

---

…melot

…渋谷区神南1-18-2 神南坂フレ…／B3 ☎03-5728-5613 ㊡21…idnight（男性3,500円、女性…／2ドリンク） くわしくはht…www.clubcamelot.jp

…ormation

…見た！」で60%OFF！ 1,000…く！ 2ドリンクつき 今回紹…カクテルの発売期間は2月号発…1カ月です。

DJ K.Ando 今月のオススメの3枚



…ルジャンル業界人気実力ともに…ブクラスのDJ。ファッション…ベントのタイアップなどプロデ…サーとしての評価も高い。

…ンプリート・ヒット・シングルズ」…トニー・スピアーズ

10周年を記念して、ヒットシングルを完全パッケージ。アイドルからセレブアーティストに変貌した歴史がここにばっち…まってます！
…00円／SONY MUSIC JAPAN …ERNATIONAL 発売中）

…指定」リアーナ

約2年ぶりとなる新作！ ヴォーカル・スキルも抜群にアップしており、聴く者の心に迫ってくる楽曲がたっぷり。フロ…ットも間違いなし！
…00円／…VERSAL MUSIC 発売中）

…・モンスター」レディ・ガガ

世界はもちろん日本でも25万枚を超えるセールスを記録して大ブレイク。エレクトロブームを一気に加速させたセクシー…レクトロ女王の新作。
…00円／…VERSAL MUSIC 発売中）

---

Ray×camelot 渋谷の人気クラブcamelotが読者のオーダーに応えてくれる！ 14

## Cocktail Party カクテルパーティー

Ray×camelotのコラボカクテルをclose-up！ 読モの理想のカクテルを、camelotが毎月実現してくれます。



★今回のオーダーは……

### 新年をイメージしたカクテル

カウントダウン目前のこの時期、新年を祝うようなおめでたいカクテルが飲みたい。紅白をイメージできるとありがたみが増すかも♪

**黒坂優香子**さん（大妻女子大学2年）

»camelot's Answer

### ハッピーセレモニー



カシスの赤とカルピスの白。新年を祝う紅白の彩りでおめでたさ満点！ 持っているだけでもオシャレに見える可愛らしいカクテル！

ベリー系のリキュールでも特に人気のカシスはほのかな酸味と豊かな香りが特徴。カルピスの甘みとも相性バッチリ。

Price 1コイン or 500円

紅白のカクテルを混ぜるとピンクのお酒に変身！ 1杯で2度楽しめるお酒。ソーダのシュワシュワ感で甘すぎず、大人可愛いからおすすめ。

★感想は？



カシス味のカルピスソーダを飲んでいるみたい！ ついついすすむカクテルです。

---

次世代プリ♥クラを探せ！ ミスコン出場者編

## キャンパス美人 Campus Beauty

学園祭シーズンということもあって大学のミスコン出場者をキャッチ！ 今回は立教&成城。レベルが高いっ！ 要チェックです。



1年生初出場にして成城大学の準ミスに輝いた！

一生の思い出をもらった気分なくらいうれしかった♪ これからも学校、バイト、雑誌などのお仕事、恋、全力投球しますっ。

**加藤瑠美**さん
成城大学1年



立教大学のミスコンに出場！ ますます美を磨き中

**早川千尋**さん 立教大学1年

ミスコンに出たコたちはみんなすごく美に詳しくて常に自分磨きをしてました。私もその影響を受けて、今、美容にハマってます！

ミスコン出場者の流行りもの Best3

1 Plush&Lushのアクセ
2 SABONのボディクリーム
3 カロリーメイトのメープル味



"和美人"と大評判で立教のミスコンに出場

広告研究会のスカウトで応募。ミスコンで得たのは私を支えてくれるたくさんの人たちのやさしさに改めて気づけたことです。

**海賀えりか**さん
立教大学3年



学部内でも評判の美人で友達が推薦！

今回のミスコンで友達がたくさんできたのが一番の思い出です。普段は仲よくなれない他学部のコとかとも今ではランチをするように。

**平野真唯**さん
成城大学2年




↑幼少のころから体操、書道、電子オルガン、塾……たくさんの習いごとをしてたみたい。足が速いことも自慢らしく、まさに文武両道！

リアルF4を探すドリーム企

# プリンス HUNTE

「イケメンで飛びきりお金持ちの人が…たーい♥」。そんな乙女のミーハー心に…べくRay編集部がリアルプリンスをハ…




今月のプリンス
現役東大生☆プリンス
**和田悟**クン
(東京大学4年)



エリート一家に育ち春からテレビ局勤務！
超・将来有望プリンスが登場☆

~プリンス絵巻~

| 小学校 | 中学時代 | 高校3年 | 大学時代 |
| --- | --- | --- | --- |
| 家には10台以上のテレビがあった | おじいさんちの2階のバスケコートでよく遊んでいた | 塾を毎日はしごするリッチな受験生 | 東京大学ミスターコンテストで準ミスターに輝く |

プリンスDATA
- 推定総資産…約8億円
- 地価…2億
- おじいさまの職業…石炭会社2社の社長

ここがプリンス 1
**一軒家・マンションを合わせて4つのお家が都内に！**







↑お父様は大手酒造メーカー、お母様は薬剤師、お兄様は広告代理店に勤めるエリート一家。都内にはこのほかにマンションがなんと3つもあるんです。




ここがプリンス 2
**車はBMWを愛用中！**



←現役で東大に入ったプリンス。高3のときは毎日のように塾をはしごしていたみたい。このBMWでよく迎えに来てもらってたとか。

ここがプリンス 3
**おしゃれはブランドものがマスト！**



↑「社会人になったら、自分でガンガン稼いでもっとコレクションしたい」とプリンス。ボッテガのバッグ（右）はお母様から。

プリンスINTERVIEW

### 夢はズバリエンタメ王です(笑)！

—春から、キー局に入社するとのことですが。
「はい。昔から〝伝えること〟を仕事にしたいと思っていたので、内定が出たときはうれしかったです」
—どんな番組を作りたい？
「バラエティ番組の制作に関わって、将来はエンタメ王になりたいです(笑)」
—ところで彼女はいる？
「いません。募集中です！」
—好きな女性のタイプは？
「透明感のある人」
—今までしたデートでゴージャスだったのは？
「タクシーを乗り回して都内をデートしたこと」
—結婚するならどんな女性が理想ですか？
「家事ができて、教育に対する情熱がある人ですね」

## 投稿大募集中!!

「From Reader's Ray」では、みなさまからの投稿を大・大・大・募集中！「プリ♥クラの姫トーク。」で話してほしいお題、「キャンパス美人」にオススメの女のコ画像、〝この人はまさにお金持ちです！〟という男のコの推薦など、ガンガンお待ちしていま～す！

mail ray@1018911.com
手紙 〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9 主婦の友社 Ray編集部 From Ray係

(バーコード読み取り機能対応機種のみ)を送れます

vol.14

# 倉田真由美&城咲仁が迷える読者を救出!!

# 恋の駆け込みクリニック



くらたまさんが出産休暇中のため、仁さんひとりの臨時『恋クリ』を開院。くらたまさんからは格言と処方箋をいただきました。遠恋のお悩みをズバッと解決！

撮影／大沼寛行　スタイリング／柴田拡美（Creative GUILD・城咲さん分）、松丸由香（倉田さん分）
ヘア&メイク／田中いづみ（城咲さん分）、湯淺星悟（ZACC・倉田さん分）　取材・文／竹中愛美子
●取材店リストは254ページにあります。




**倉田真由美さん Profile**
愛称はくらたまさん。自身の恋愛経歴と、多くの恋に悩む女性を取材した経験から、漫画のみならず、コメンテーターとしても多方面で活躍。最新刊情報&詳細はホームページ(homepage2.nifty.com/kuratama/)でチェックして！

**城咲仁さん Profile**
元歌舞伎町のカリスマNo.1ホストからタレントへと華麗なる転身をはたし、現在はテレビ、雑誌など多方面で活躍。『仁義なき恋の取り調べ室』（講談社）が発売中。大好評のブログ「gracias(http://ameblo.jp/shirosaki-jin/)」も必見です。

## 恋の迷走読者☆お悩みカルテ

**♥町田優花さん**　J大学4年

- **●彼いる歴**…2カ月
- **●お悩み**…忙しすぎる彼と遠距離恋愛中。連絡もままならず、つき合ってる感じがしない。
- **●理想のタイプ**…デキる男タイプ
- **●自分の長所**…努力家　**●短所**…優柔不断
- **●病状**…遠距離恋愛お疲れ症

**町田優花さん(以下ユカ)**：よろしくお願いします！

**城咲仁さん(以下仁)**：よろしく。今回はくらたまさんの分も、ズバッとお答えするからね。さっそくですが、ユカちゃんのお悩みは？

**ユカ**：彼と**遠距離恋愛**なんですけど、**ほとんど連絡とれず、つき合ってる感がなくって。**

**仁**：彼は何やってる人なの？

**ユカ**：26才でイタリアンのシェフをしていて、この10月に自分のお店を出したんですよ。

**仁**：このご時世、自分の店をもてるなんてかなりできる男だよ。

**ユカ**：だと思います。

**仁**：どうして知り合ったの？

**ユカ**：出会いは古くて、わたしが高校のときに地元の名古屋にイタリアンの有名店ができたんですよ。名古屋ってそういうのに弱くって、ランチ食べるにも長蛇の列！　そのお店は外から厨房が見えるようになってて、2時間ぐらい待ってる間に**何度か目が合って、**席に案内されたら**「シェフからのサービスです」**って生ハムが出てきて……。で、**連絡先を交換**したんです。

**仁**：生ハム？　それでメアド交換って、なんかいろんなもの飛び越えてない？（笑）　**お互いに下心っつうか、恋心が見え見え！**　彼はカッコいいの？

**ユカ**：めちゃカッコいいです。タレントでいえば、**武田真治**とか**平岡祐太**に似てるかな。

**仁**：どっちにしても**超イケメン**ってことだ。で、いつ付き合ったの？

**ユカ**：う〜ん。高校時代はわたしが彼のことを超好き♡で、友達以上恋人未満的な感じだったんですけど、わたしが大学入って東京に出てきてからは、**メールで連絡取り合う程度**かな。でも帰省したときに久しぶりに会って、彼から**「お前となら遠距離恋愛できる」**って告白されました。微妙だけど、昔から好きだったからOKしたんです。

**仁**：彼の本気度とかは感じる？

**ユカ**：う〜ん、昔は女のコと遊べればイイ！って感じだったけど、**「心のよりどころが欲しい。それがお前なんだ」**っていってくれました。

**仁**：落ち着きたくなったんだろうね。

**ユカ**：これまでも忙しかったのに、自分の店をもったらその何倍も忙しくなっちゃって。平均睡眠時間は2時間。夜中まで働きづめで休みもないし、**連絡とれないし、つき合ってる感が全然ない。**自分のテンションというか……**気持ちを維持する自信がない**んです。

> **今月の格言!!**
> **絶対に手放したくない相手なら会えなくても冷めない**（くらたま）

**仁**：**会えないのは大きいね。近くにいないと不安**だし。かといって合コンとか遊びまくるのも悪い。ココロが満たされないよね。

**ユカ**：そうなんですよ！「卒業したら名古屋に戻ってきて**一緒に住もうよ**」といってくれるけどこっちで内定もらってるし、まだ東京にいたいし……。

**仁**：だったらダメじゃん（笑）！　帰る予定なら頑張れ！っていえるけど、**2人の未来がピンとこないのなら、どれだけ好きでもアウト。**あっ、もしかして他に気になる男が現れちゃったりとか？

**ユカ**：じつは……ご飯行ったり、ブラブラ散歩してるだけで居心地いい♡と思える人がいるんです。

**仁**：やっぱり！　しかし、**散歩ってお互いにかなり気持ちがないと楽しくないっしょ！**　ユカちゃんの場合さ、もう答えが出てるよ。女子にありがち。**悩んでるといいつつ、すでに心の中では決まってる。**

**ユカ**：うう〜ん。そういわれたら、否定できないかも。

**仁**：男の立場からわがままというか、これはお願いなんだけど（笑）、**彼がツラくなる別れはやめてほしい。**すぐに飛んで来れない距離と状況でユカちゃんの気持ちをぶつけたら、彼は自分のことを責めていっちゃうと思うよ。

**ユカ**：そう……かもしれません。

**仁**：確かに別れるなら早いほうがお互いのためだけど、**別れるにもタイミングと別れ方ってある。相手を打ちのめすんじゃなく、**

> **今月の格言!!**
> **別れるにも相手を気づかう美しい別れ方がある**（仁）

**相手のことを思う、大人のキレイな別れ方。**今は彼も必死のとき。正月休みとか、少し落ちついて話せるときに、「仕事頑張ってるときに、力になれないことがツライ。今は恋人としてより、友達に戻ったほうがいいかも」とかさ。**やさしく、距離をおく言葉を探してみて。**

**ユカ**：じっくり考えてみます。

**仁**：お互い嫌いで別れるわけじゃないからさ。いまは見えてない未来だけど、ユカちゃんが社会人になり、彼も仕事が軌道に乗るとか、**タイミングが合えば違う未来が見えてくるかもよ。**あと、**遠距離に疲れたからといって、「そばにいたから」と安易な恋に走らないこと！　弱ってるところをついてくる男には気をつけようね。まずは、心の体力を回復させよう。**

**ユカ**：なんかスッキリしました！




## の処方箋

遠距離恋愛に疲れた優花さんに、恋愛お疲れモードが癒される処方箋をお出しします。

### くらたまさん発 3つの特効薬

**会わないときに相手を想うのが恋の醍醐味**
もし、会わないときに相手を想う気持ちがないんだとしたら、それはきっと恋ではないはず。

**まだ結論を出さずに新しい出会いに期待！**
社会人になれば新しい世界が楽しくて仕方がなくなるから、焦らずに出会いを持つのも手。

**3 彼と同じ目線になって見つめ直してみる**
自分も社会に出れば、同じ目線になって彼を判断できるから、彼への評価も変わるかも。

### 仁さん発 3つの特効薬

**1 タイミングと言葉、別れ方も美人に**
別れにもキレイな別れってある。言葉やタイミングをわきまえ最後まで「イイ女」に。

**2 解放感や癒しを求めて安易な恋をしない**
恋が終わると視界が曇ってることが多い。近場の、安易な恋で痛みを癒さないで。

**3 社会人として新たな視点で自分探しを**
社会人になると価値観は一変する。新たな自分を見つけることが次の恋への近道。



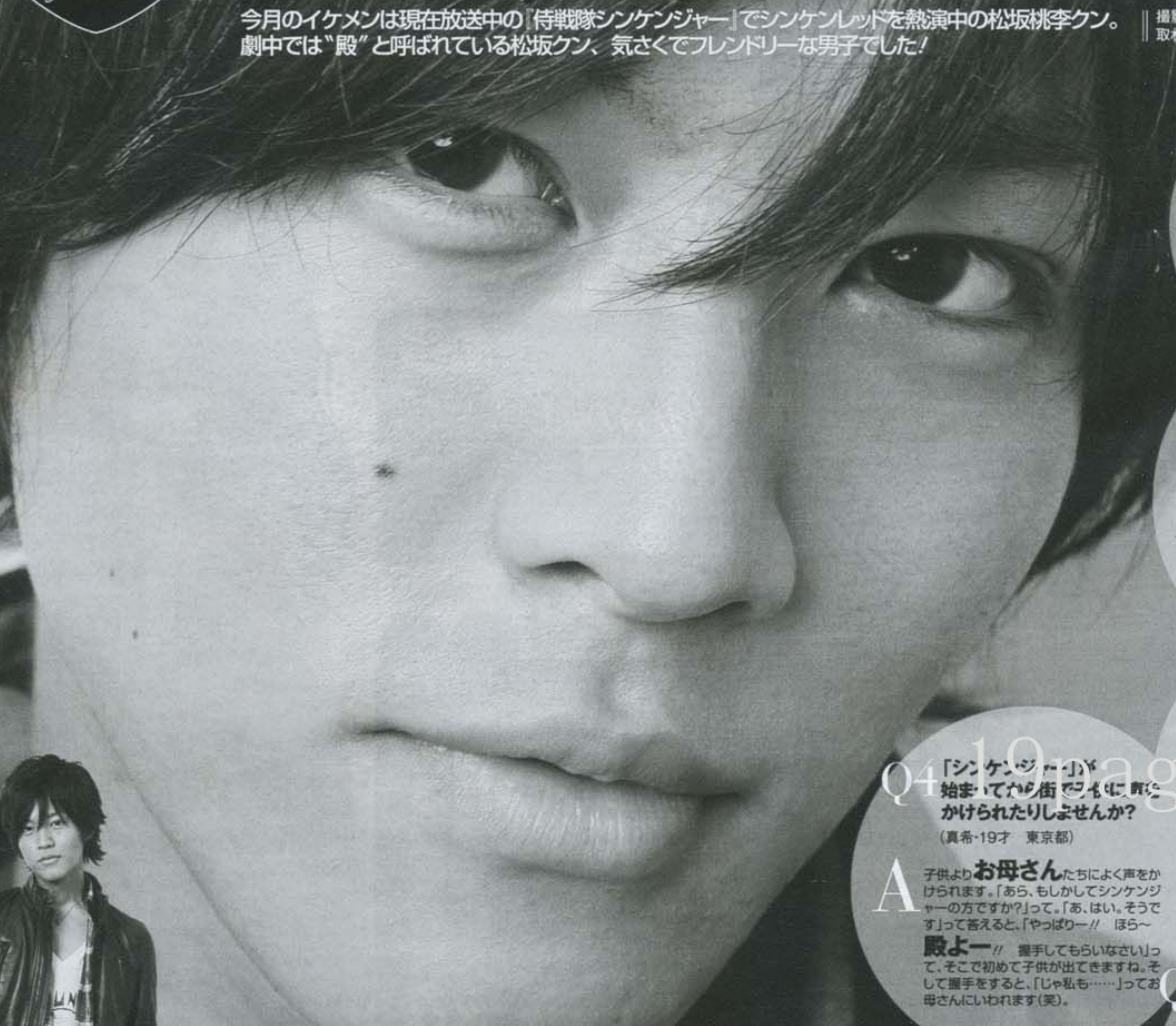
いま一番気になる
男のコの素顔が知りたい!
全国のRay読者がインタビュアー

# イケメン解体新書 vol.

実物大

今月のイケメンは現在放送中の『侍戦隊シンケンジャー』でシンケンレッドを熱演中の松坂桃李クン。
劇中では"殿"と呼ばれている松坂クン、気さくでフレンドリーな男子でした!

撮影/広岡雅樹(Scoot)
取材・文/佐久間裕子





**Q1 俳優になったきっかけ**
(あおい・19才 神奈川県)

A 雑誌『FINE BOYS』の専属モデルオ
ションで**グランプリ**をいた
この世界に入りました。最初は友だち
前出てみればいいじゃん」ってすす
て、1回だけならいいかって**軽い**
したね(笑)。オーディションに受かっ
はうれしかったですよ。まさか自分
るとは思ってなかったので。

**Q2 『侍戦隊シンケンジャー
レッドに選ばれたとき
どんな気持ちだった?**
(敦子・18才 島根県)

A うれしかったんですけど、合格の知
メールで知ったのが**満員電車**
だったので喜ぶに喜べずでしたね
「ヨシ!」って小さくガッツポーズを
た。でもそのメール、実は一斉送信の
**業務連絡**みたいな感じで。
に僕も間違えて入ってたみたいで(笑

**Q3 戦隊モノの撮影で
大変なことって何です**
(みち・20才 北海道)

A **朝が早い!** [illegible]
うです。大[illegible]だった[illegible]の中
ていくシーン[illegible]テストでは[illegible]
うのはもったいないので、「バーン
バーン!」って声を出すんですよね。
本番はめちゃくちゃ大きい音がする
よ(笑)。しかもすぐ近くで爆発する
いし、**爆風**でよろけちゃうし。「転
死ぬぞ!」って思うぐらいでした。

**Q4 「シンケンジャー」が
始まってから街で子供に声を
かけられたりしませんか?**
(真希・19才 東京都)

A 子供より**お母さん**たちによく声をかけられます。「あら、もしかしてシンケンジャーの方ですか?」って。「あ、はい。そうです」って答えると、「やっぱりー!! ほら~**殿よー**!! 握手してもらいなさい」って、そこで初めて子供が出てきますね。そして握手をすると、「じゃ私も……」ってお母さんにいわれます(笑)。

**Q5 もし今の仕事をしていなか
どんな生活を送っていたと**
(渚・21才 埼玉県)

A **就活**していたと思います。
学生なので。大学では経営学を学
たので、CM制作とか、いろいろ自
画をするような仕事に憧れていまし
**プレゼンがや
てみたかった**
んですよ。「わが社は~」みたいな(笑

**Q6 いまだからいえる
恥ずかしい失敗談を教えて!**
(千織・22才 青森県)

A 特撮って変身した後の声を入れるために、アフレコ(撮影後、別に声だけを録音すること)するんですよね。そのアフレコで思いきり**声が裏返った**ことがあります。「天下御免の侍戦隊!」っていうキメゼリフは僕だけしかいわないんです。そこで裏返りました。まわりのキャストも**大爆笑**でしたね(笑)。あれは恥ずかしかった~! もうやりたくないって思いました(笑)。

**Q7 いま興味のあることは
何ですか?**
(さなえ・21才 兵庫県)

A 「シンケンジャー」の男メンバー4人
**格闘ゲーム**にハマってま
なでゲームセンターに行って対戦す
すよ(笑)。みんなで「オレもっと強
わ!」っていってたんですけど、最近
役の相葉雅樹クンとゴールド役の相
クンが、その
**ゲームソフトを買っ**
ですよね。持ってない僕とグリーン
木勝吾クンはどうしたらいいんで
……。

**Q8 女のコに告白する
理想のシチュエーションを
教えてください。**
(一美・20才 福井県)

A やっぱり**夜景がキレイなところ**ですかね……。あれ~ベタすぎるかなぁ(笑)。あとは夜の公園とか……って、これもベタだな。時間帯は遅めがいいみたいです。**デートの最後**にとっておきたいってことですかね。

**Q9 最近、草食男子と肉食男子
という言葉をよく聞きますが、
松坂クンはどっちですか?**
(美月・18才 静岡県)

A **草食**ですかねぇ。人見知りだし……。掃除とかも何げにきちんとやりますからね(笑)。それからうちの親は共働きだったので、姉と妹と3人、当番で食事を作っていたので料理もするんですよ。やっぱり女の中に男がひとりだと肩身が狭いんですよね。それが原因で草食系になったんじゃないかっていうくらい。上からと下からの**圧力がありましたね**(笑)。

**Q10 2010年
ぜひ挑戦したいことは?**
(裕美・21才 千葉県)

A 「シンケンジャー」は和と侍がモチーフなので、殺陣をするんですよね。なので**殺陣をもっと学びたい**です。すごくキレがある殺陣を身につけたいですね。あとは乗馬も! レッドに選ばれて、演技レッスンよりも先に乗馬レッスンに行ったんです。なのに乗馬は第1話で馬に乗らせていただいたきりなので、最終回までにもう1回乗れたらいいな(笑)。

シンケンレッド役で人気急上昇中!

# 松坂桃李
Tori Matsuzaka

**イケメンdata**
①身長/181cm②血液型/A型③星座/天秤座④好きな食べ物/オムライス。卵とケチャップをからめたごはんを一緒に食べるのは最高です⑤キライな食べ物/コンニャクです。見た目、食感、味がないところ……好きになれる要素がないです(笑)⑥好きな女のコのタイプ/ごはんをおいしそうに食べる人。半分ぐらい残す人を見ると「大丈夫か!?」って心配になります⑦好きな動物/犬。実家でミニチュアシュナイザーを飼ってます⑧カラオケでよく歌う曲/歌が苦手なんですけど……歌うとしたらflumpoolの「星に願いを」ですかね⑨好きな映画/『GOEMON』。霧隠才蔵という忍者役の大沢たかおさんがすばらしかったです⑩好きなファッション/MIXした感じが好きですね。例えばROCKスタイルなんだけどカジュアルにくずしたりとか⑪初恋はいつで、どんな人?/保育園のときの先生でした。すごくやさしい人でした。

**Profile**
まつざか・とおり●1988年10月17日、神奈川県生まれ。08年『FINE BOYS』"チャレンジFB2008オーディション"でグランプリを獲得。09年2月『侍戦隊シンケンジャー』で俳優デビュー。1st写真集『桃李』が好評発売中。3月21日には1stDVD(タイトル未定)も発売予定。

http://www2.topcoat.co.jp/matsuzaka/top/index.php

※「イケメン解体新書」では、登場してほしい注目のイケメンとその方に対する質問を募集しています。245ページの募集先へお願いします。

気になる…の有名人が…特別講師！

突然なれるわけじゃない！　モテ子への道も一歩から!!

# 日本一のモテ子養成講座

明るく嫌味のないリアクションで盛り上げ上手の優木まおみさん。今回は場の空気を思わず壊してしまう女子の相談にのってもらいました。リアクションべたを脱するには？

撮影／大沼寛行　スタイリング／梅田勝広（Daisy）　ヘア＆メイク／森章代　取材・文／佐久間裕子　イラスト／tomoko.

●取材店リストは254ページにあります。

Vol.13



Profile
ゆうき・まおみ●1980年3月2日、佐賀県生まれ。現在テレビ東京「逆転リサーチャーズ」に出演中。2010年1月10日からフジテレビ『みんなのKEIBA』にレギュラー出演が決定！　最新写真集『GET FREAKY』が好評発売中。

Maomi Yuuki
第13回特別講師　**優木まおみ先生**




悩み 13

［13限目］≫ 雰囲気を壊さないコになる

## 照れ屋が原因で飲み会の楽しい雰囲気を壊しちゃうんです……

私は照れ屋で飲み会の罰ゲームでヘン顔してといわれてもイヤがって場の雰囲気を壊してしまうことがあります。最近、好きな人の好みが明るくてノリのいいコだと知り、新年会を機に変わりたいのですが、照れを捨てるにはどうしたらいいですか？（真由・大学3年）

## 優木まおみ先生が解決!!




こうすれば モテ子♥

## ある程度の努力はしてもムリに自分を変える必要はない！

私も人見知りで、最初はテレビでノリよくなんてできませんでしたよ。できるようになったのは慣れもあるし、テレビでは恥ずかしい＝おいしいみたいなところがあるから(笑)。それはもしかしたら普通の世界でも一緒で、「ヘン顔してバカだね」といわれることが、好きな人に覚えてもらえることにつながるかもしれない。もしバカなことをやる覚悟を決めたのなら、これ以上ないぐらいにやりきったほうがいいですよ。そのほうが絶対おもしろいと思ってもらえるから。バカなことをして、人が笑ったり、まわりが和んで空気がよくなることが気持ちいいと感じられれば、そんなに抵抗はなくなるはずです。でもムリにノリがいいコになる必要はなくて。あなたの個性を受け入れて好きになってくれる人はいるから、ある程度努力はしても、自分を180度ねじまげる必要はないと思いますよ。

**応用**編

こんなときは **こうやってスルー!!**

お酒の席だけでなくリアクションに困る瞬間はよくあるもの。そんなとき、場の空気を壊さずスルーする方法を教えてもらいました！

### 01 大の苦手なシモネタを振られちゃった！




私は流さず、相手がいってきたことのちょっと上をいい返します（笑）。たぶん女性が「イヤだ！」って否定的なことをいうのを聞いて男性陣はニヤけると思うんですよ。だから「全然イヤじゃないッスよ」って感じのスタンスで答えると、シモネタをいわなくなるはず。イヤな顔せずに、「そんなこといって可愛いですね」って、男の人をあやすような感じでかわすといいんじゃないでしょうか。

### 02 苦手な上司がカラオケのデュエットを強要！



難しい！　知らなければ歌えないから「その歌、知らないんです」っていうとか？　でもいちばんいいのは、「はいはい、歌いましょう！」って、大いなる母性で受け入れることだと思うんですよ。もしさわられたりするのがイヤなら、逆に自分からさわるといいと思いますよ。デュエットの節に合わせて、マイクを持っている手を握るとか、そうすれば、相手は手を動かせなくなりますからね(笑)。

### 03 …話がつまらない男子の…隣に座っちゃった……



…人とサシで話すのをやめればいいんだと…ます(笑)。自分の隣と彼の隣、向かい側…いいし、みんなを巻き込んで、話せばい…ですよ。サシで話すとつまらないけど、3、…のグループトークなら気にならないはず…。だから「○○クンはこういってるけど、…さんはどう思う」って、他の人に話を振…ちゃいましょう。それなら、その男子だっ…全然悪い気はしないと思います。

トップス 11,340円／dual industry　パンツ 15,540円／malla　ネックレス 2,415円／radiu

〝子育てって楽しいんだ!〟ってこれからママになる人たちに伝えたい!

INTERVIEW

# スペシャル対談 相川七瀬（歌手）×松本ぷりっつ（『うちの3姉妹』作者）

**最新刊の第11巻が登場し、ますます大人気の子育てコミック『うちの3姉妹』。こちらも大好評のTVアニメ版では、歌手であり2児の母でもある相川七瀬さんがエンディングテーマを歌っています。おふたりに子育てについて語っていただきました。**




**相川七瀬さん**
1995年11月、『夢見る少女じゃいられない』でデビュー。96年リリースの1stアルバム『Red』は240万枚のミリオンヒットを達成。2001年に結婚し、2007年第2子を出産したことを契機に、ミュージシャンとして完全復活をとげた。
オフィシャルサイト http://www.nanase.jp/

**松本ぷりっつさん**
1974年1月12日生まれのO型。10年ほど前に集英社『ザ・マーガレット』でデビュー。幼稚園教諭をつとめるかたわら、コミックを執筆。現在は大人気ブログ『うちの3姉妹～マンガで見る今日の出来事～』を中心に幅広く活躍中。
ブログ http://ameblo.jp/3shimai/

## 「しんどいけど、楽しい!」子育ての魅力ってなあに?

**松本**　アニメ『うちの3姉妹』のエンディングテーマを、相川さんに歌っていただいていますね!

**相川**　ええ、家族みんなで楽しめる『うちの3姉妹』の歌なので、いつもの自分とは違うキャラで歌っていますよ(笑)。

今までにない声を出したので、声優さんになった気分でしたね。すごくのどが開く曲なので、ほかのレコーディングの前に『うちの3姉妹』の歌でウォーミングアップして、のどを開いてから切ないバラードとか歌っています(笑)。

**松本**　家族で聞かせていただいたのですが、うちの子どもたちも「かわいい声だねー!」って喜んでいました。

**相川**　ありがとうございます。私も今回『うちの3姉妹』を読んで、「子育てってすごく楽しいことなんだ!」と、あらためて実感できました。毎日子どもと向き合っていると、楽しいことだけじゃなくて、しんどいこともたくさんある。でもぷりっつさんは、そういうネガティブなところに目を向けないで、楽しいところ、ポジティブなところに目を向けているでしょう。

**松本**　はい、読者の方からもよく「こういう家庭にしたいです」「ぷりっつさんみたいな楽しい家族がうらやましいです」なんて感想をいただくんですが、私も子育てで悩むことは実はたくさんあります。

イラスト／松本ぷりっつ　まとめ／A&S

# 子どもと過ごす毎日には、母親として思わずハッとするようなうれしいことがいっぱい!

**相川**　やっぱり（笑）。だからこそ、ぷりっつさんの「子育てで落ち込まないで、楽しもう!」ってポジティブなメッセージに、たくさんのママがいやされているんですよ。

ネガティブなところに目を向けると、気持ちがどんどん沈んでいっちゃうけど、子どもが毎日成長していく中には、母親として思わずはっとするようなうれしいこと、楽しいことがたくさんある。そういう瞬間に目を向けていたいですね。

**松本**　ところで、相川さんも「働くママ」のひとりですが、仕事と育児の両立、どうされてますか?

**相川**　最近実感するのは、子どもって、実はすごく親のことをわかっているなって。仕事中「きっとさみしがってるだろう」って心配して、飛んで帰ってきても、けっこうご機嫌で留守番している（笑）。ホントは、子どものほうが親離れが上手で、親のほうが子離れできないのかも。

**松本**　私も、子どもだけで遊んでいると、ついつい「いっしょに何かやってあげなきゃ」なんて考えてしまいます。でも夫には「子どもたちには子どもたちの世界がある!」ってたしなめられるんですよ。もちろん母親が愛情を注ぐ時間も大切だし必要。でも、子どもだけの時間があってもいい。親が心配しすぎることはないみたいですね。

**相川**　多分、ずっと親と一対一で向かい合っているよりも、いろんな人にかわいがられたり、叱られたり、もまれて大きくなるほうが子どもにとってもいいこと。最近、私もそう感じるようになりましたよ（笑）。

これでいいのだ。
それは、赤塚不二夫さんが、
漫画の中で幾度もくり返してきた言葉。

現実はままならない。
うまくいかないことばかり。
毎日のほとんどは、これでよくないのだ、の連続だ。
自分を責めて、誰かを責めて、何かを責めて。
そして、やっぱり自分を責めて。

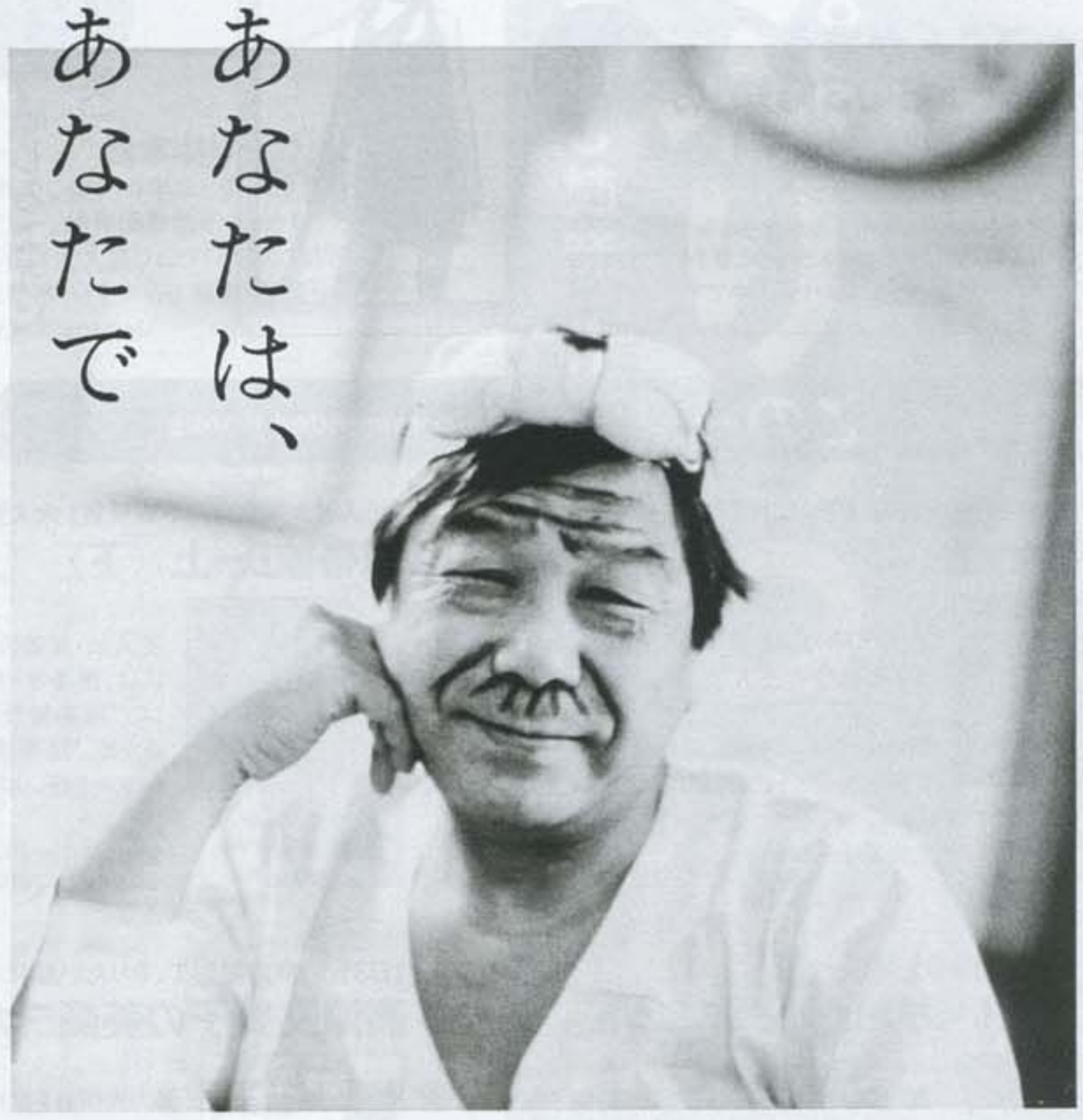
だけど、ためしてみる価値はある。
これでいいのだ、という言葉のちからを。
信じてみる価値はある。
あなたが、もうこれ以上どうにもならないと
感じているのなら、余計に。

胸を張る必要はないし、
立派になんて、
別にならなくたっていい。





# 「あなたは、あなたでいいのだ。」



あなた自身がそう思えば、
世界は案外、笑いかけてくれる。

人生は、うまくいかないことと、
つらいことと、つまらないこと。
そのあいだに、ゆかいなことやたのしいことが
はさまるようにできているから。

どうか、あなたの人生を大事に生きてほしい。



Rayを一緒に作りませんか？

Ray

# 読者モデル
# 学生スタッフ
# 編集アシスタント
# スタイリストアシスタント
# 大募集！

**読者モデルって？**

プリ♥クラ（Rayの専属読モグループ）企画をはじめ、ファッションやビューティー、ヘアなど、Rayのあらゆるページの撮影モデルとして参加したり、企画を作っていくためのアンケートや取材に協力してもらいます♪

**学生スタッフって？**

雑誌作りに関わるさまざまなお手伝いをしてもらいます！ キャンパスで流行ってることをリサーチしたり、取材や撮影のサ…トなどなど。とにかく、チャレンジ精…旺盛で、やる気のあるコを大募集中…もちろん学生じゃないコもOK。

**編集アシスタントって？**

「雑誌作りに興味がある」「編集者になりたい」というコ必見！ Rayのページを手がける編集者と一緒に、雑誌作りのお手伝いをしてもらいます。将来、編集者になるための勉強になります。ライターをめざしたい人も含みます。

※お仕事内容により相当の謝礼をお支払いします。

**スタイリストアシスタントって？**

Rayのファッションページやビューテ…ページで活躍するスタイリストと一緒に…洋服のリースや撮影準備、コーディネー…り、商品返却などのお手伝いをしても…います。将来、スタイリストにな…るための勉強になります！

興味のあるコは今すぐ応募！

携帯からは…

**携帯＆PCからも受付中!!**

QRコードを読み取る。もしくはメールアドレス（assistantray@1018911.com）を送信先に直接入力。次に①件名／タイトルに希望の名目を入力。(例：読者モデル希望)②本文に、名前・大学名／肩書き・年令・郵便番号・住所・携帯・自宅TEL・FAX・自己PRを明記。読者モデル希望の方は身長・体重・スリーサイズ・靴のサイズも。③顔と全身写真データを添付（スタッフの場合、顔写真のみで◎）。準備ができたら送信！

※画像データの容量が1…ルにつき2MBを超える場…テムの関係上、受信でき…がありますので、ご注意く…

Rayはたくさんの読者モデルとスタッフによって作られています。「おしゃれが大好き」「雑誌作りに興味がある」「Rayが大好き」なら今すぐ応募！ 私たちと一緒にRayを作っていきましょう！

郵送は…

**あて先** 〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9 主婦の友社 Ray編集部「読者モデル・スタッフ募集1002」係

※応募していただいた写真、書類等の個人情報はRay編集部が責任を持って管理いたします。無断でこの写真を雑誌に掲載することはありません。

キリトリ線

記入日　年　月　日

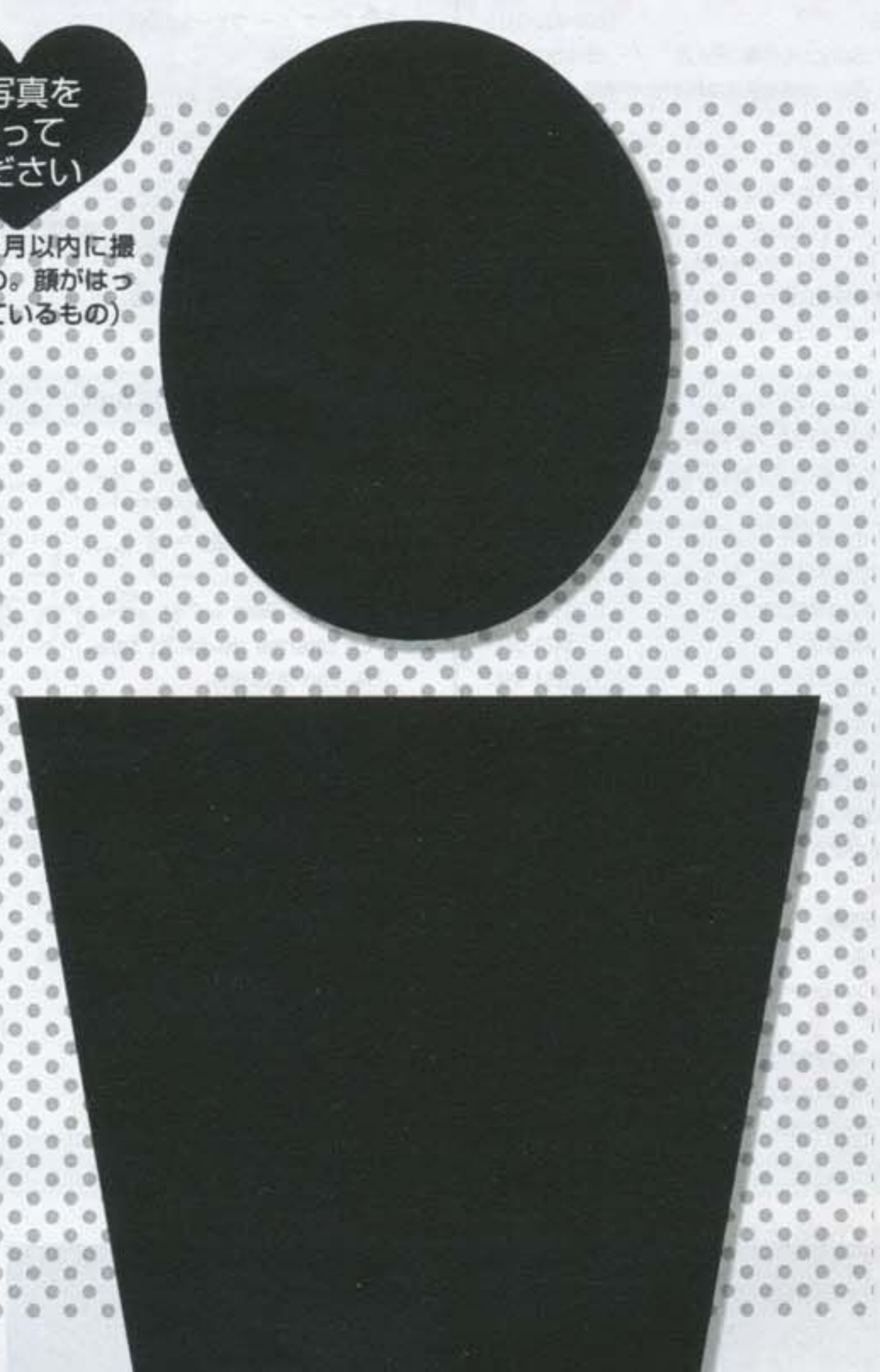
**Ray1002応募シート**（※応募するものに○をつけてください）

□読者モデル　□学生スタッフ　□編集アシスタント　□スタイリストアシスタント

| | | | |
|---|---|---|---|
| フリガナ<br>氏名 | | | |
| フリガナ<br>〒<br>住所 | | 学校名・学年・勤務先／年令<br>（　才） | |
| 携帯電話 | 自宅TEL | FAX | |
| 身長　cm／体重　kg<br>スリーサイズ　B　cm<br>W　cm／H　cm<br>靴のサイズ　cm | アンケートスタッフも募集しています！<br>ファッションや美容に関するアンケートにFAXやメールでお答えいただくスタッフとして協力してくれるコはチェックを！<br>□はい　□いいえ | 自己PR（資格、特技など何でも） | メールアドレス |

顔写真を貼ってください

（最近3カ月以内に撮影したもの。顔がはっきり写っているもの）



全身の写真を貼ってください

（最近3カ月以内に撮影したもの。顔がはっきり写っているもの）



※このシートに必要事項を記入の上、写真を貼って切り取り、編集部まで送ってください。
特に締め切りはありません。
※お送りいただいた写真、データ、書類は返却できません。
※お仕事をお願いする方には編集部からご連絡いたします。
※男のコの応募も受け付けてます。

# 今月の協力店

Ray Select Shopは
こちらの
QRコードから!!

RBAN RESEACH 渋谷店 5468-6565
RBAN RESERCH DOORSたまプラーザ店
045-532-3370
I.(rich) 5778-0081
&E渋谷109店 3477-5016
NA Inc. 06-4391-9580
MK Division 0120-988-271
A 5524-3635
oquois(HEAD SHOP) 3791-5033
ヴェダ 5251-3541
ガット 0800-300-3314
クセサライズ 原宿店 5414-0068
ディクション ビューティー 3273-2979
ナ スイ コスメティックス 0120-735-559
NAP 渋谷店 5459-1190
ピステ 3401-8101
ブワイザー・リッシェ/プレスルーム 3408-8443
ブワイザー リュクス 3408-8443
メーズユープランニング 5250-7231
モナヴィーラフォーレ原宿店 3796-7662
ューラ ラボラトリーズ 0120-090-030
ルス・カンパニー 5729-1155
ルバローザ ジャパン 3797-0563
ルビオン 0120-114-225
ngela伊勢丹新宿店本館1階 3359-1719
NSQUEAKY 5772-7264
ンピリオン 3466-8991
m. 3449-1192
ーボル 3847-0753
ヴ・サンローラン・ボーテ 0120-006-912
グニス 0120-664-227
蘭屋 0120-73-8563
ッサ ロンドン 6426-8773
ブサ 0120-523543
マージュお客様デスク 0120-988-088
マノエル 06-6281-0144
GNI 078-306-1100
alenTine's High渋谷109店 3461-4441
alenTine's High新宿ルミネエスト店 3356-4443
ィルセレクション 新宿ルミネエスト店 5269-4497
est 3rd Street 3770-8767
elnica Room 6805-1215
ェレダ・ジャパン 0120-070-601
テナ 0120-305-411
光商事 5467-5090
イトミリオン 銀座GATES店 6228-5151
ー・ジー ジャパン 3479-5260
ースコーポレーション 042-484-0151
ゴイスト渋谷109店 5772-5829
スシステム 5722-9521
スト 5630-5040
BY 渋谷109店 3477-5163
SPERANZA 渋谷109店 3477-5078
ターナル 3478-3033
テュセ 0120-074-316
DWIN 5604-8900
ビアンお客様相談室 0800-170-1100
ビステーム 5442-6008
ム・オー・シー 053-592-7415
A☆CELEB http://www.la-celeb.com/index.html
.CHANCE渋谷109店 3477-5074
.CHANCE渋谷109-2店 3477-8066
.D.S渋谷109店 3477-5068
D prime 0120-331-381
PN http://lpn-shop.jp
レガンス コスメティックス 0120-766-995
ルス 3495-0320
塚製薬(インナーシグナル) お客様相談室 3293-3212
塚製薬(SOYJOY)お客様相談室 0120-550708
ーバータッシェ渋谷109店 3477-5023
ーミケンシ 06-6205-7123
山 3662-0265
ギツ 3875-0111
OSMOSISラフォーレ原宿店 5474-0030
世話や 5358-1375
フザウォール 5117-2711
ifSTYLE 二子玉川店 3708-0027
ルビス 0120-050-050
ンワード樫山 お客様相談室 5476-5811
ⓜカイタックインターナショナル 5722-3684
ⓜKai Lani表参道店 5468-3772
ai Lani プランタン銀座 3567-7605
花王 5630-5210

花王 消費者相談センター 5630-5030
花王ソフィーナ 5630-5040
笠倉出版社 5846-3456
CA4LAショールーム 5775-3433
カネボウ化粧品 0120-518-520
Covergirl 6416-1332
Gunpowder Inc. 0570-077-530
私市醸造 047-443-2511
北川本家 0120-34-1030
kitson Japan 5467-2527
キナリ 0120-47-3999
キャバレー 3449-1198
銀座ワシントン銀座本店 5442-6162
クナイプジャパン お客様相談室 045-433-9477
Cry 6419-1939
クリニーク ラボラトリーズ 5251-3541
グッチ ジャパン カスタマーサービス 5469-6611
グランカスケードインク 5457-7551
グローバル プロダクト プランニング 3770-6170
グローブ・トロッター ジャパン 5464-5248
ゲランお客様窓口 0120-140-677
コーチ・カスタマーサービス・ジャパン 0120-556-936
コーセー 3273-1675
コティ・プレステージ・ジャパン 5413-1062
CORONET http://www.coronet.co.jp

**サ**

ⓜSouth Drive 0120-298-707
SAC プレスルーム 3478-0667
SABON Japan 0120-380-688
サマンサベガ セレブリティ新宿ミロード店 3349-5742
サマンサベガ プランタン銀座店 5159-6381
ⓜサルース 0120-70-2060
ⓜサン・トロペ コーポレーション 5603-1381
ⓜSANYO SHOKAI(un plus un,SmackyGlam,
la Bala) 0120-340-460
三和トレーディング 5833-2320
THE FIRST style 有楽町マルイ店 6738-3870
Secret Candy 5117-2711
ⓜC.C.CROSS マルイシティ新宿 CITY-2店 3350-0159
シービック お客様相談室 5414-0841
シアンお客さまサービスセンター 0120-118-152
シェラック プレスルーム 5724-5687
Cher Daikanyama 5457-2261
Cher Harajuku 5467-8248
SHIGETA JAPAN 0120-945-995
資生堂インターナショナル 0120-81-4710
資生堂お客さま窓口 0120-81-4710
ⓜシャーロット ロンソン 5467-1889
ⓜSHINE BE MODEL 3477-5044
charmant渋谷109店 3477-5135
シャンティ 5212-3761
Shoe BAR 渋谷店 3462-4117
シュウ ウエムラ 6911-8560
ⓜシンエイ 3844-3245
ジー・アール・アイ・ジャパン 5770-2110
ⓜJB Girl 新宿ルミネエスト店 3356-6789
ⓜJELLY BEANS(プレスルーム) 0120-202-177
ⓜJAYRO white(ジュンカスタマーセンター)
0120-298-133
ジャパンオーガニック 0120-15-0529
17℃ by Blondoll ルミネ新宿店 6279-4993
JouJou 078-393-8036
ジュリーク 0120-400-814
ジョー マローン 5251-3541
ⓜJoias 6438-0589
ⓜJolly Boutique 5786-1832
ジョルジオ アルマーニ コスメティックス 6911-8411
JILKY(Miyuu Bouquet L' Appartement)
3476-7006
ジル スチュアート 5467-1827
ジルスチュアート ビューティ 3273-1631
ⓜJILL by JILLSTUART 5467-9881
スウィングル 有楽町マルイ店 3213-0701
Snarl 3462-2329
Snarlextra 3797-4850
ⓜSpiral Girl 渋谷109店(Spiral Girl) 5489-0407
Spiral Spice 06-6532-0533
Smork by Language原宿店 3478-1600
THREE 0120-898-003
せーの 5771-3813
セイヴィア 5772-6672
生活の木 3409-1781
ⓜセシルマクビー 営業本部 0120-628-668
ⓜセシルマクビー ファビュラス 営業本部 0120-628-668

ソウノ 3945-2383
SWORD FISH心斎橋オーパ店 075-229-6445
ソニア リキエル 0120-074-064

**タ**

タピオ 3462-2020
ダイアナ 銀座本店 3573-4005
ダイアナ 原宿店 3478-4001
大中渋谷店 050-8601-1313
ⓜDazzliN' 5447-6592
w♥cヘッドオフィス 5456-6033
Double dazzle 0120-331-381
chelsea 3746-7830
ツインバード工業 0256-93-5308
ツカモトエイム 0120-816-345
TAT 0120-59-1270
ⓜtitty & Co.新宿店 5367-8570
デア ディア 渋谷店 5458-8855
ⓜDEARA&Gabriel 5422-9133
ディーアイ事業部 5728-7277
DHC 0120-333-906
DIESEL KIDS イクスピアリ 047-316-5105
DIESEL JAPAN KIDS部 06-6253-1955
Declare プランタン銀座店 3567-7401
ⓜDecious 5457-7350
DELYLE渋谷109店 3477-5053
デフィ 5489-0703
デマリア ジャパン 5812-6682
dual表参道店 5468-8635
Dual THREAD 有楽町マルイ店 6738-3637
ⓜDURAS 5772-6316
ⓜDURAS ambient 5772-6470
DellaH 3463-9268
東京ブラウス 078-855-0133
too much 3401-2062
トゥルー リリジョン ブランド ジーンズ 5413-7630
トコ パシフィック 5411-0589
トッカ ストア 青山店 3423-0830
TOPSHOP(TOPMAN) 5414-3090
ⓜトリンプ・インターナショナル・ジャパン 0120-104-256
ドクター・ショール フットケア相談室 5466-2330
DraSTic 5773-1060
DREAM 06-6445-2621
ドルチェ&ガッバーナ ジャパン 6419-2220
ⓜDRWCYS 3470-6511

**ナ**

NINE 青山 6427-9991
ナイン バイ フォー ストア 5766-0575
ⓜナチュラルビューティーベーシック 5467-1857
日本ロレアル 6911-8480
ぬちまーす 098-983-1140
ノースコーナー 0770-20-1231
NOJESS 0800-300-3315

**ハ**

ⓜHoney Bunch心斎橋OPA店 06-6282-8153
ⓜHoney Bunch名鉄百貨店本店ヤング館店
052-585-7163
Honey mi Honey 6657-1600
バーバリー・ブルーレーベル 0120-340-654
ⓜBarbie 5467-2093
バイオレットハンガー マルイシティ渋谷店 3462-1855
パイソン お客様相談室 06-6963-6351
バロックジャパンリミテッド(Jel'emets solo)
6730-9090
バロックジャパンリミテッド(SLY) 6730-9090
バロックジャパンリミテッド(moussy) 6730-9191
バロックジャパンリミテッド(RODEO CROWNS)
6730-9191
パサージュ ミニョン 5117-2711
PASSION N.Y.DIV 0120-501-150
パナソニックお客様相談センター 0120-878-365
パリスキッズ原宿店 3423-3251
パルファム ジバンシイ 3264-3941
パルファン・クリスチャン・ディオール 3239-0618
ヒロタ 0120-311-903
BE AN ANGEL 5117-2711
ビービーラボラトリーズ 0120-72-7273
ⓜBE RADIANCE 0120-556-715
ⓜビバユー 5467-1884
美ファイン研究所 5414-2388
ⓜビー・エックス 5469-6420
ビーチ・ジョン 0120-066-107
Pin Curl 0120-282-337
ⓜピンキーガールズ渋谷109店 3477-5054
ⓜピンキーガールズ 新宿ルミネエスト店 5369-3180
ファイブフォックスカスタマーサービス 0120-11-4563
ファンケル 0120-750-210

フィッツコーポレーション 5772-1014
ⓜフィルム 5413-4141
FOREVER 21 3404-3201
FLAG-J(プレスルーム) 5447-7163
FREE'S SHOP渋谷店 3409-0512
FREE'S MART自由が丘店 3723-4551
ⓜFRED PERRY SHOP GINZA 5524-7755
ⓜBrownie bee 5456-9152
ブルジョワ 0120-791-017
blondy 渋谷店 5464-2792
プールサイド渋谷109店 3770-5777
プライムショッピング 0120-500-244
PLAZA(プラザスタイルお客様相談室) 5413-8700
PLAZA ルミネエスト新宿店 3348-0145
Plush&Lush 表参道ヒルズ店 3475-8212
プリュム・ジャパン 5452-8381
ⓜPROPORTION BODY DRESSING 5467-9621
HEADSTAR プレスルーム 3499-3047
ⓜbeberoseラフォーレ原宿店 6661-2510
ボーテ ド コーセー 3273-1940
BoniTA 渋谷109-2店 3477-8049
ボビイ ブラウン 5251-3485
ポーラお客さま相談室 0120-117-111
ポール&ジョー ボーテ 0120-766-996
ポラールお客様相談センター 0570-01-0111

**マ**

MERCURYDUO 06-6245-3815
マーク ジェイコブス カスタマーセンター 3567-1211
マークスアンドウエブ 5468-0545
マーク バイ マーク ジェイコブス 3567-1211
ⓜMaxi 6826-8383
マスタード 5785-4711
マックス ファクター 0120-021325
malla 6762-1101
マリークウント 0120-53-9810
三鈴商事 3874-8216
ⓜMISCH MASCH 0120-298-707
mimiholiday http://mimiholiday.typepad.jp/blog
ⓜMILLION CARATS 3496-1371
無印良品 有楽町 5208-8241
ムラキ 0120-502-881
ⓜMURUA 5447-6545
M·A·C 5251-3370
メイベリン ニューヨーク 6911-8585
メゾン ルージュ 5117-2711
ⓜモーダ・クレア 3875-7050
MOROKO BAR ルミネ新宿店 3342-0139
モンクレール ジャパン 3486-2110

**ユ**

遊心クリエイション 5775-5105
UNIQLO 0120-090-296
ⓜユニック バー ヴェールダンス 5467-1872

**ラ**

LAVilotta 5452-3310
ⓜLagunaMoon 5447-6539
ラッシュジャパン 0120-125-204
radiu 5728-2207
ラブ&ヘイト 渋谷パルコ店 5459-7215
LOVE GIRLS MARKET 代官山店 5459-0150
LOVE BOAT 渋谷109店 3477-5048
Language 六本木ヒルズ店 5771-7100
ランコム 6911-8151
RANDA原宿店 3479-5103
ラヴィジュール ルミネエスト新宿店 3358-7790
リーガルコーポレーション 3888-6129
リー・ジャパン 5604-8948
リーバイ・ストラウス ジャパン 0120-099501
ⓜREZOY渋谷109店 3477-5055
ⓜLITIRA 6418-6324
Rew de Rew 0120-344-121
Le charma de fifi et fafa 5774-0853
Ruvap 渋谷109店 3477-5175
レイ・ビューティ・ヘルス研究所 0120-015-141
ⓜレストローズ 5456-1281
ⓜレッセ・パッセ 5790-7203
レブロン 0120-803-117
ロイヤル チェ 5213-8876
ⓜROYAL PARTY 6825-9595
ROYAL PARTY muse 6825-9595
ロクシタン ジャポン カスタマーサービス 3234-6940
ROJITA渋谷109店 3477-5118
ⓜLODISPOTTO 0120-298-707
ⓜRomeo y Julieta原宿店 3499-0631

**ワ**

ワークスインターナショナル 5778-4638
ワールドインサイト 0120-855-765
ⓜワコール 0120-307-056



ついてのお問い合わせは、上記へ直接ご連絡ください。市外局番は明記のもの以外はすべて〈03〉です。★ⓜがついているブランドはRay Select Shop(ケータイ、
からアクセス可能)で掲載商品の購入、ショップリストの検索ができます。http://ray.mseek.jp/ ※なお、携帯電話には、一部対応外の機種があります。




●定価:900円（税込み） 978-4-07-269995-9

冬のファッション特集 ―保存版―

## 全国12エリアの「大人ナチュラル」が見つかるショップ

東京・横浜・埼玉・神戸・大阪・福岡・山口・札幌・仙台・愛知・熊本・鹿児島

ナチュラル派の定番服で！
**ベーシック服で7通り着まわしレッスン**

**冬のおしゃれの＋αは、フォークロアアイテムで**

**憧れの定番小物ブランド図鑑**

心地よい着こなしが見つかる

# 大人で可愛い ナチュラル服

［2010年冬号］

ナチュラルに自分らしくおしゃれを楽しむヒントがいっぱい。

Mail Order Book
2010年4月30日まで
メールオーダーできます

# 毎日使いたい雑貨と毎日着たい服。

Mail Order Book
2010年8月31日まで
メールオーダーできます




人気雑貨屋さんのおすすめアイテム、ロングセラーアイテムなど、暮らしに役立つナチュラルな雑貨&服を約350点紹介。

●定価：1050円（税込み） 978-4-07-269050-5




ストレスに効く。恋に効く。

# アロマ お守り手帳

「日々のストレスを解消したい」「ステキな恋と出会いたい」アロマテラピーが、あなたの願いを叶えます！ 心と体に効く、幸せを呼ぶ、香りのお守りレシピ。

監修／高原千芙美　●定価：1365円（税込み） 978-4-07-269601-9




ひとりでできるドリームセラピー

# 夢解き手帖

## GIRL'S DREAM DIARY

女子による女子のための夢のセラピーブックが登場。夢分析をベースに、隠された本当の気持ちや、未来の自分の姿までわかる！ 夢解きダイアリーつき。

●定価：1050円（税込み） 978-4-07-269989-8




お誕生日のプレゼントに　結婚や出産のお祝いに

アメリカのイラストレーター、ローズオニールが生んだ人気キャラクター「キューピー」が絵本になりました。キューピーと花々の出会いを描いた可憐なイラストと俵万智さんの短歌が、あたたかい愛のメッセージを届けます。

花びらは ふと 微笑んで

# ローズオニール キューピーの花のうた

Rose O'Neill Kewpie 100th Anniversary
Drawing 1909　Doll 1912

**誕生100年 ローズオニール キューピー展**
2009年12／10(木)～24(木)
松屋銀座 大催場
www.kewpie-jp.com/

絵／北川和夫　短歌／俵 万智　●定価：1050円（税込み） 978-4-07-270389-2

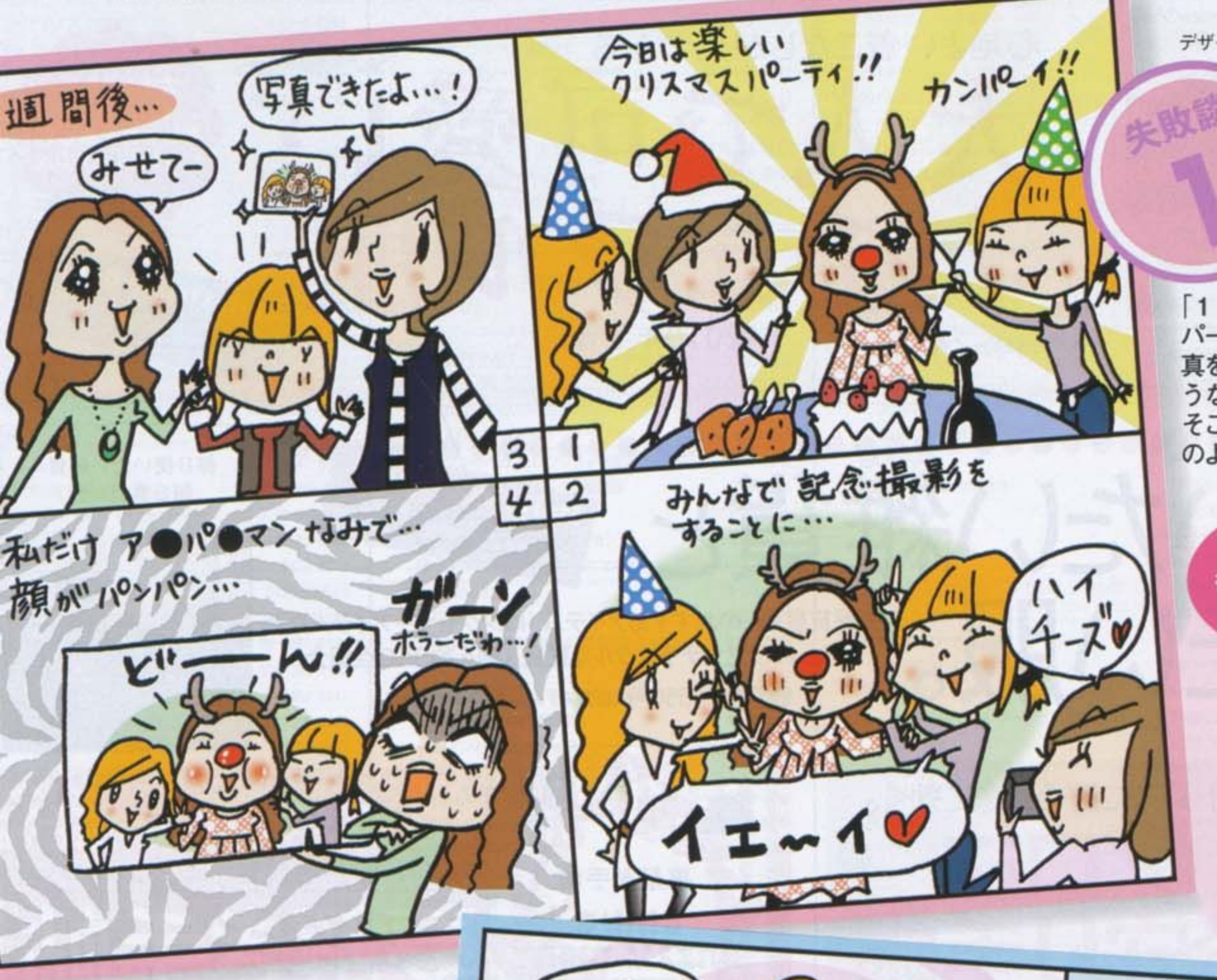


**主婦の友社**
http://www.shufunotomo.co.jp
■主婦の友社コールセンター
書店様ご注文・お問い合わせ ☎049-259-1122／書店ご不便の際の読者様窓口 ☎049-259-1236
★書名コード（ISBN）を付記しました。ご注文等にご利用ください。

# 整形の人気クリニック!

…、なかなかうまくいきません！　そこで、今回はキレイの近道、美容クリニックにフォーカス。読㋲4人が、気になるクリニックをリサーチしてきました！

撮影／内藤拓　イラスト／なとみみわ
デザイン／高田真衣　取材・文／関智水　構成／原由美子
読者衣装はすべて本人私物です




## 失敗談 1

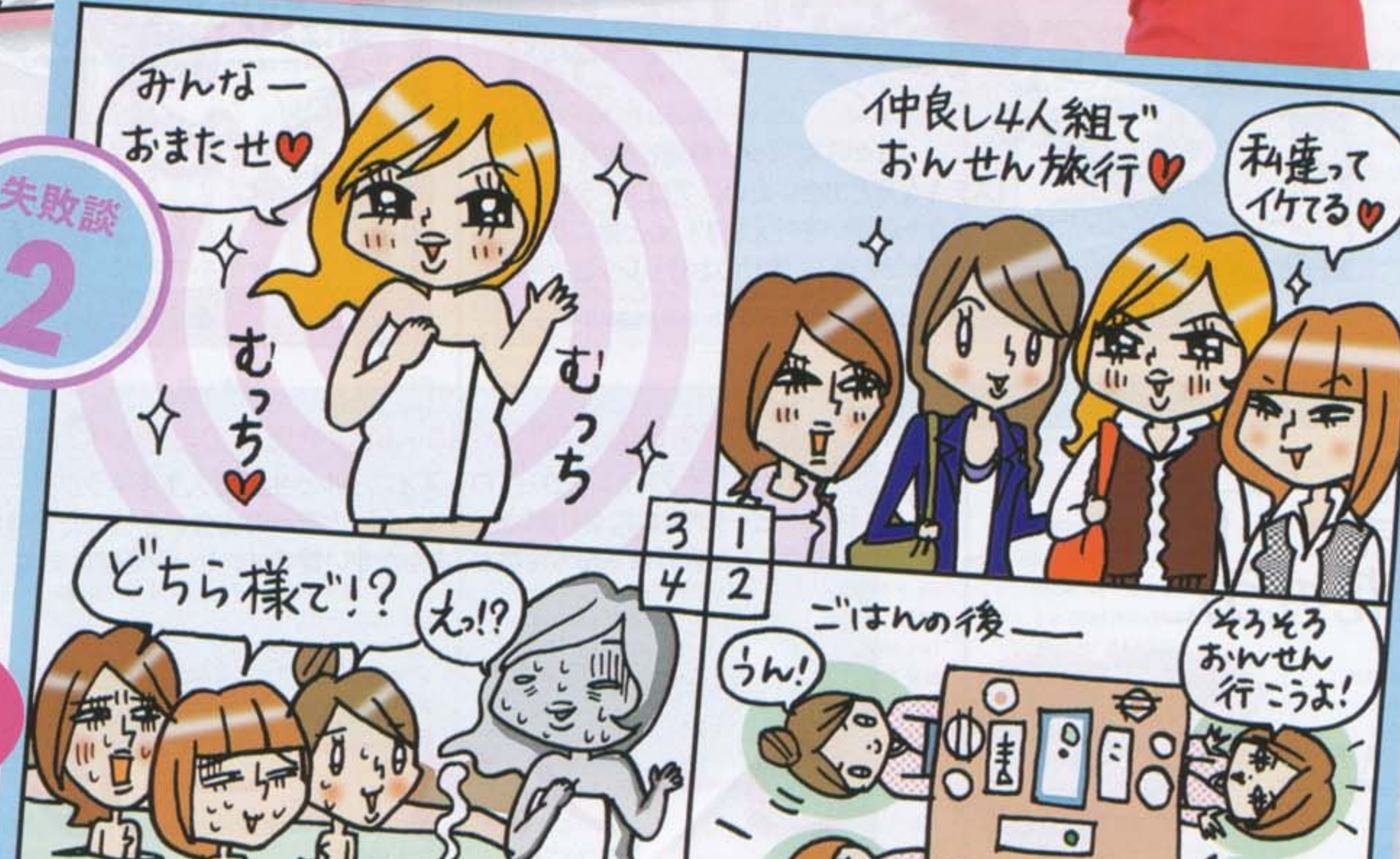
### パーティといえば…デジカメ・タイム☆私だけ顔が大きいよー！

「1カ月前から楽しみにしてたクリスマスパーティ♪　お酒のせいか、何も気にせず写真をとってたら、後日、目を覆いたくなるような現実を目の当たりに↓　そうなんです。そこに写っていたのは、遠近法を無視したかのような私のデカ顔だったんです！」

写真とるときは
後ろのポジション
争いに必死！



平林玲美さん
(20才・学生)




## 失敗談 2

### 脱いだらスゴイんです！以来、着やせ上手と陰で呼ばれる私。

…冬といえば温泉！　温泉といえば裸！…といえば……このでっぷりとしたボディ！　いやぁーー(叫)！　そう、私…何を隠そう、いや、何も隠せてない、…ぽちゃぽちゃ体型。着やせ特集を愛読していても、温泉では効果ゼロ。毎回、友達にビックリされてます」

ダイエットにも
限界が
あるよね



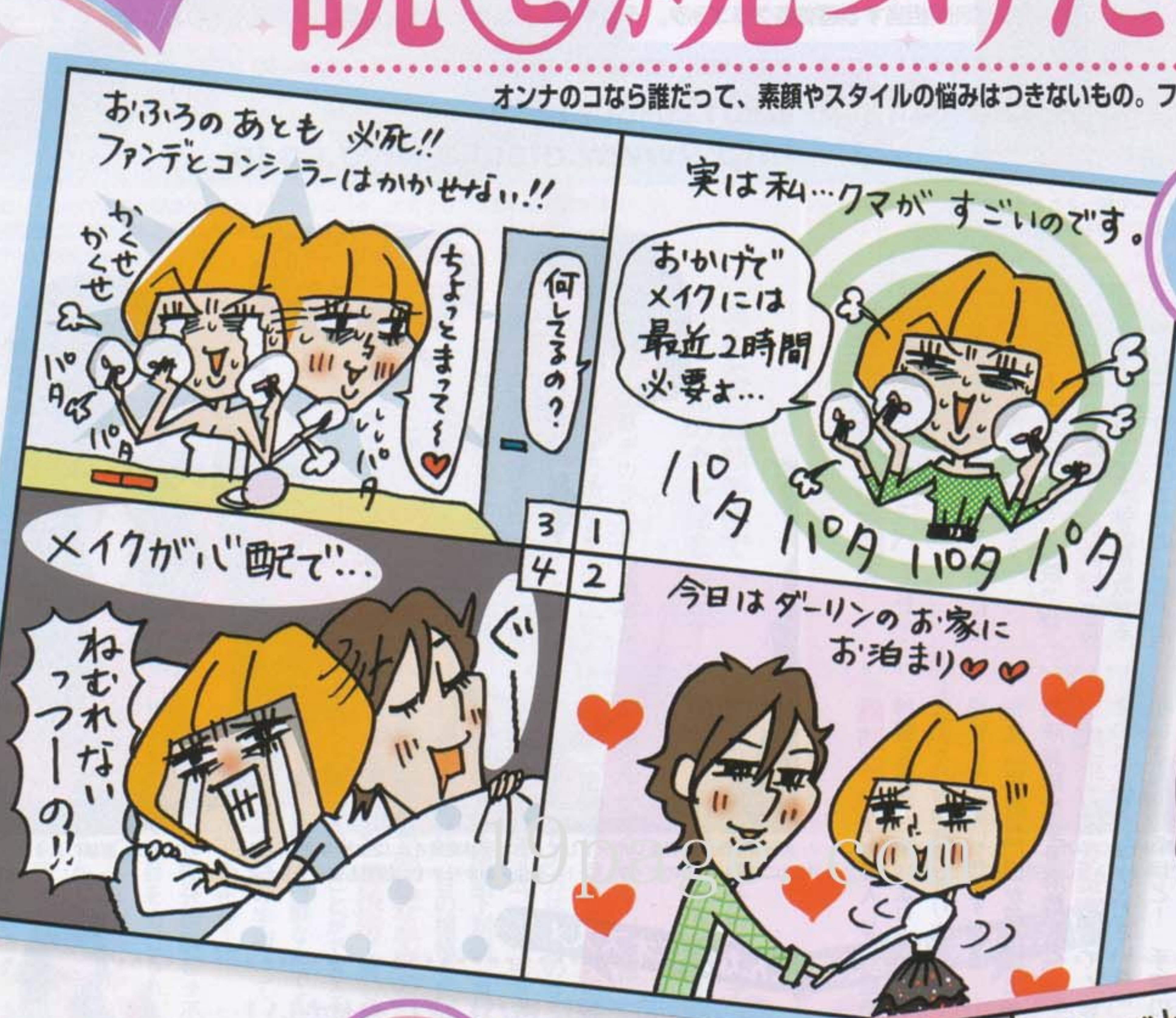
中山真見さん
(25才・自営業)

見逃さないで！キレイの近道はここにあった！

いますぐトライして、真冬のクイーンの座はいただき♥

# 読モが見つけた、美容

オンナのコなら誰だって、素顔やスタイルの悩みはつきないもの。ファッションやメイクで隠そうとしても、




## 失敗談 3

**目の下にはいつも不気味なクマが悪循環がまねく悲**

「たっぷり寝ても、顔マッサージらなくても、私の目の下には不気黒い影が……。実は慢性クマ症にでます。だから、素顔は怖いのな彼とのお泊まりのときは、寝る前イク。気になって眠れないし、肌悪いし、どーすればいいの？」

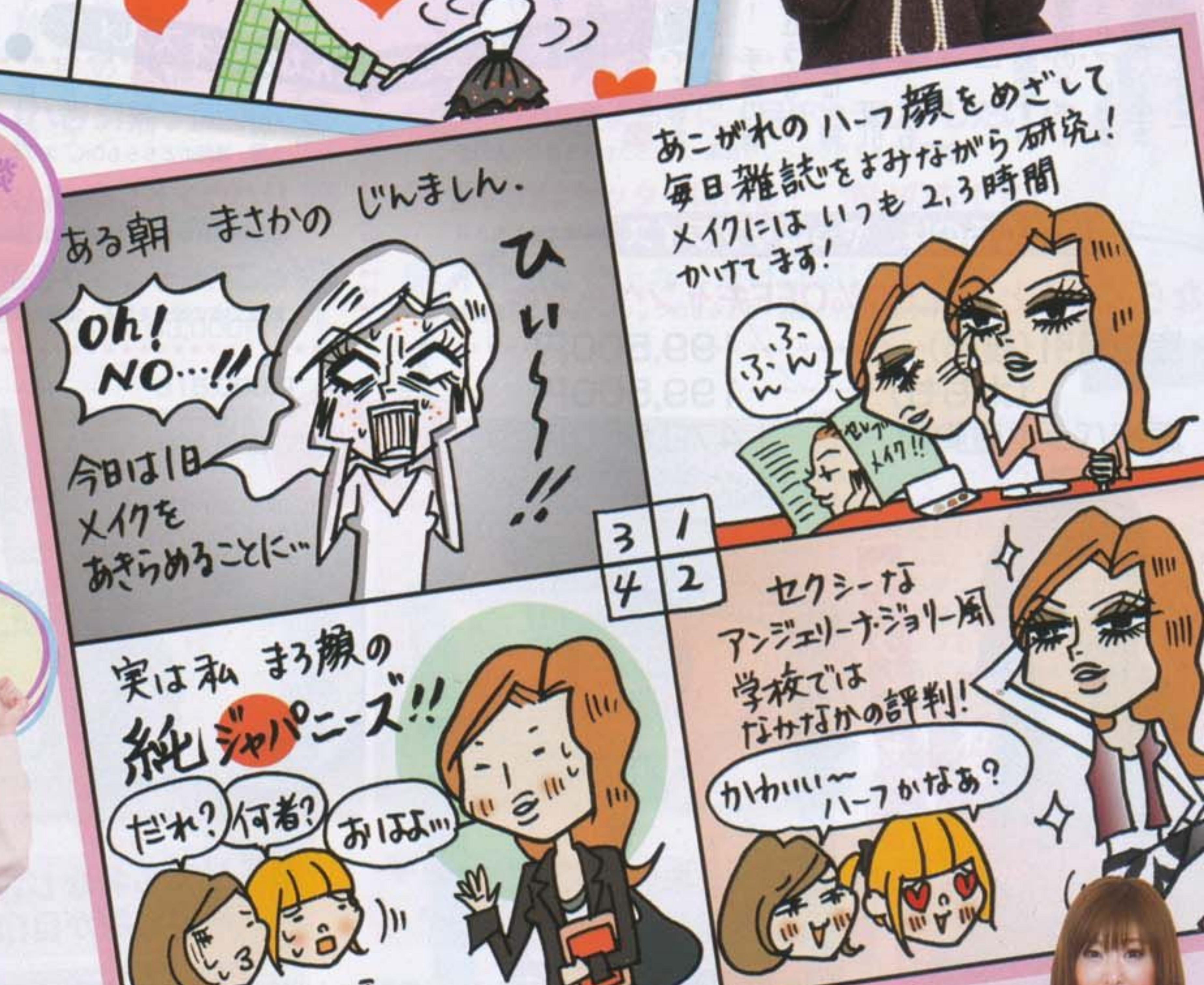



小野塚詩媛さん
（20才・学生）

## 失敗談 4

**うそ？ これって私？ はい、そうです。あなたはノッペリ顔です。**

「大好きなアンジーに憧れて、メイクにはたっぷり時間をかけてます。二重ノリ＆ダブルつけまに、シェーディングとハイライトの３Ｄ効果を合わせてセクシーな外国人顔が完成。でもメイクを落とせば凹凸のないツルンとしたノッペリ顔。本当の私はどっち？」




クリニックへ
**Let's Go!!**






平松美奈さん
（23才・会社員）



&フレッシュな印象がすがすがしい、ホワイトとグリーンで統一されたインテ
誌の最新号を読んだり、TVで過去の出演番組を見たりして、待ち時間をリラッ
過ごせます。

**あの人気TV番組でもおなじみ！　信頼の厚い老舗クリニック**

# 大塚美容形成外科・歯科

コンプレックスだらけの顔やカラダを、劇的に美しく変えてきた人気ビューティ番組の整形部門を担当する超有名クリニック。その卓越した技術と完璧な成果は、メディアのお墨つき！

**DATA**
[東京大塚院] 東京都豊島区北大塚2-30-6 石井ビル　【診療時間】9:00～19:00　無休
0120-80-1611
http://www.otsuka-biyo.co.jp

## 日本一の症例数を誇る脂肪吸引のエキスパート！

**平林さん**「脂肪吸引って本当に安全にできるんでしょうか？」
**先生**「もちろんです。当院では、この分野で**20年以上の実績**がありますし、日本で一番症例数が多いクリニックですからね。そんな緊張せずにリラックスしてなんでも聞いてください！」
**平林さん**「はい(照)。あの、実際、どんなことをするんですか？」
**先生**「脂肪吸引の専任ドクターが、太さ2～4㎜の管を使って脂肪を吸引します。カラダのほとんどの箇所を吸引することができるので、その部分によって管を使い分けているんですよ！」
**平林さん**「繊細なんですねー」

**脂肪吸引法**も導入して、血管や神経を傷つけず、よりなめらかな仕上がりが可能になりました」
**平林さん**「痛いんですか？」
**先生**「麻酔専門医が部位によって局所麻酔や全身麻酔など、**最適な麻酔方法を提案**してくれますので、安心してくださいね」
**平林さん**「なるほど！　手術の後はどんな感じなんでしょうか？」
**先生**「局所麻酔で済む場合は、術後は**即日帰宅が可能**です。吸引自体も二の腕なら20～40分、太ももなら1時間くらいです」
**平林さん**「術後の経過は？」
**先生**「術後1日は包帯で固定するのですが、その後は専用のサポーターでラインを安定させていきます。2～3週間もすれば美しく生まれ変わったボディが完成しますよ」



大塚美容形成外科をレポートしてくれた平林玲美さん(20才・学生)。「ビギナーのコなら、実績のあるクリニックにお願いするのがイチバン！　先生のわかりやすい説明も安心できたよ！」

### こんな人にオススメ！

- **短期間で誰にもバレずにやせたい！**
入院・通院のどちらもOK。スリムボディの完成までは約2～3週間！
- **リバウンドしやすいカラダをどうにかしたい！**
脂肪細胞自体を取り除くので、普段通りにしていればリバウンドしません！
- **どこのクリニックを選んだらいいかわからない！**
創設33年の歴史を誇る、信頼と実績の大塚なら安心ですよ！



### 気になるのは、やっぱりプライス

**なら、なんとALL50%OFFキャンペーン中！**

| | |
|---|---|
| 脂肪吸引（腹部） | 199,500円 |
| （太もも） | 199,500円 |
| 医療バッグ豊胸術 | 472,500円 |

＊すべてキャンペーン価格1月末日まで。



おトクなキャンペーンなら
冬休み中にトライできるね☆

### 今回教えてくれた先生



総院長　阪田和明先生

徳島大学医学部医学科卒業。徳島大学医学部付属病院皮膚科、東京警察病院形成外科勤務を経て、1987年より大塚美容形成外科・歯科勤務。1999年院長に就任。

**POINT 1**

### 33年の歴史と実績の大塚式バストアップ術



有名女優やモデルもお忍びで受けているのが大塚の医療バッグ豊胸術。バッグは大きさ・デザイン・感触など、バリエーションが豊富で細かなリクエストにも対応！　また、「簡単に少しだけ大きくしたい」という人には手術ナシの豊胸注射で大きく！　丁寧なカウンセリングで一人一人に合った満足いくバストメイクをしてくれます。

### TVでもおなじみの緑の看板が目印！

JR大塚駅から徒歩5分。閑静な住宅地の中に構えるクリニックだから、人の目も気にせずに通院できて便利です。あの人気TV番組にはかならず登場する、おなじみのグリーンの看板が目印。大きなクリニックなので、一目瞭然だよ！



**POINT 2**



目黒駅から歩いてすぐの好ロケーションのクリニック。大きなガラス窓のある開放感のある待合室は、ホワイトとブラックを基調としたデザイナーズホテルのようなシックなインテリアがオシャレ。

学会・学術論文で多様な手術法を発表！　高い技術で理想の目もとをゲッ

# リッツ美容外科【東京院

目もとだけでも20種以上の手術バリエがあるから、自分にぴったりの理想の目もとを確実に GETできると評判です。症例数の多いベテランドクターばかりなのでクオリティも文句なし

DATA

［東京院］東京都品川区上大崎3-1-7 目黒東宝ビル6F　【診療時間】10:00〜19:00　無休

0120-628-662

http://www.ritz-cs.com/




リッツ美容外科でサポートしてくれたのは平松美奈さん（23才・会社員）。「不安要素をしっかり聞いて
私に合った手術方法を丁寧に説明してくれるのでとっても安心！」

## 目もとの最新手術で今ブームのタレ目をGET

**平松さん**「目ヂカラUPの美容整形って、どんな方法があるの？」

**先生**「当院では、パーツごとにさまざまな手術方法を用意しているのが特徴。たとえば平松さんなら、くりくりした丸くてカワイイ印象の目にするとか」

**平松さん**「大きな目って憧れる〜」

**先生**「であれば、**下眼瞼下制術**という手術がオススメですね。これは、下まぶたを下げて外側の白目を大きく見せる最新の手術法なんですよ。これなら目の開きも増して、**癒し系のやわらかい印象**の目もとになります」

**平松さん**「へぇ〜、タレ目ブームにぴったりな手術ですね！」

**先生**「今、この手術がとても人気なんです。とくにツリ目や細い目の人には効果的。この手術は、学会で発表して会長賞を受賞した手術なんですよ」

**平松さん**「なるほど〜、納得！」

**先生**「患者様の目のカタチによって、一重まぶたの方は二重のラインが戻りにくい埋没法、つり目できつい印象の方は下眼瞼下制術、目が離れて小さい方は、目の横幅を広げる目頭切開術とか**豊富な手術のバリエーション**と、**高技術**で美しい目もとを作っていくことができるのがリッツ美容外科の特徴なんですよ」

**平松さん**「でも目の手術って、なんだか怖いんですよね〜」

**先生**「大丈夫。部分麻酔じゃ不安な人や、怖くて目をあけられない人には、**眠った状態で手術**することもできるんですよ」

**平松さん**「手術方法や痛みや不安まで親身になってくれるの、本当にうれしいですね！」

気になるのは、やっぱりプライス

### いろいろ選べる！バリエ豊富な目もとメニュー

| | |
|---|---|
| **二重まぶた　スクエア・マルチプル・ノット法** | |
| 糸の結び方を強固にした埋没法 | 63,000円〜 |
| **目頭切開術　ミニZ法** | |
| 目の横幅を広げる or 平行型の二重にできる手術 | 315,000円 |
| **下眼瞼下制術** | |
| 垂れ目のやさしい大きな目にする手術 | 420,000円 |
| **眼瞼下垂** | |
| たてにパッチリ開いた目にする手術 | 525,000円（まぶたの内側から行う方法） |




今回教えてくれた先生



東京院 院長　広比利次先生

東京大学理科Ⅱ類入学（3年間在学）。国立山梨医科大学卒業。東京大学形成外科教室に入局し、形成外科、美容外科を専攻。2000年リッツ美容外科（東京院）を開院。

こんな人にオススメ！



- **メイクにたよらずに、目ヂカラUPしたい！**
  普段通りに目をあけたときに、黒目がしっかり見えるのが理想！
- **痛いのはゼッタイにNG！　怖いのもイヤ！**
  目をあけたまま手術しなくても済むような方法をリクエストもできますよ。
- **不自然な仕上がりだけは避けたい。**
  多種多様なバリエーションのなかから、最適の方法を見つけます！

POINT 1



### まるでデザイナーズホテ オシャレなインテリアが

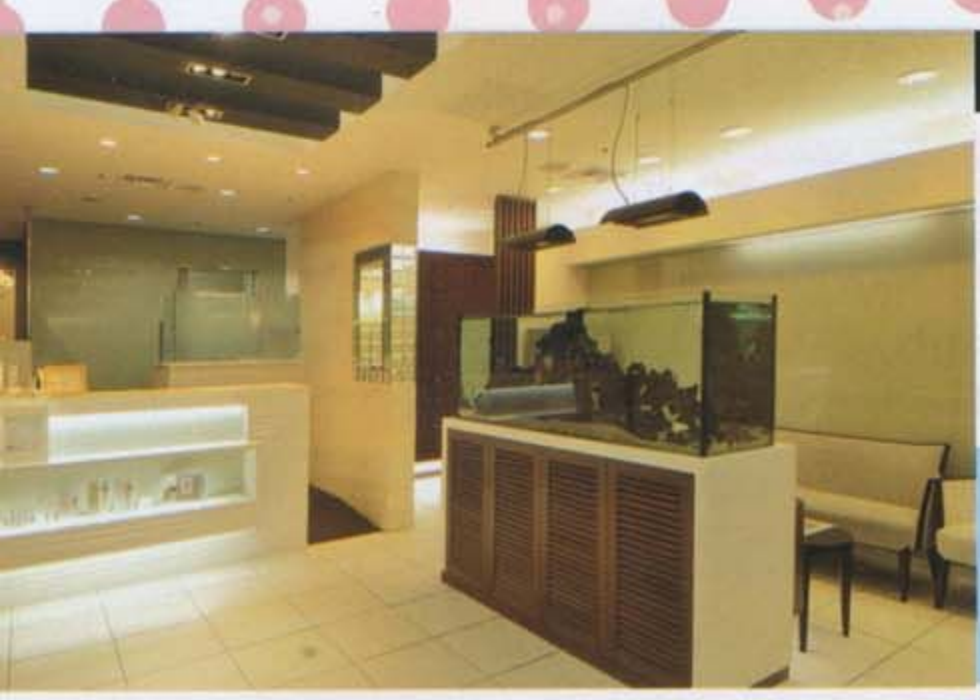
広々とした待合室には、ゴージャス が飾られ、ソファのレイアウトもゆ り。モダンでクラス感のあるインテ はまるでデザイナーズホテルのよう スタッフもみんなやさしいから、気 も安らぐことうけあいです。リュク 空間で、セレブ気分を味わって！

POINT 2



### 学会活動や論文発表している先生が最先端技術で施術

医療としての美容外科として、豊富な経験と高度な技術力、レベルの高い設備でサポートしてくれる信頼のクリニック。美的センスもすぐれているから、安心してまかせられます。細かいところまでこだわって理想的な目もとに近づけることができるので、ぜひ、相談してみて。



（…）歩1分の距離なので便利。ゴージャスなインテリアのパウダールームやウェイ（…）ルームも完備していて、他人の目も気にならず居心地よく過ごせます。

確かなテクニックで手に入れられる、究極のビューティ

# 高須クリニック【赤坂院】

赤坂院の高須克弥院長が身をもって証明した、ハイクオリティな技術とトップクラスの設備が自慢。患者さんのリストには、各界の有名人も多数いるから安心です！

DATA

［赤坂院］東京都港区赤坂2-14-27 国際新赤坂ビル東館12F　【美容相談】9:30～22:00　無休

0120-5587-15

http://www.takasu.co.jp/　他、横浜・名古屋・大阪

## ヒアルロン酸なら、肌の内側からキレイ☆

**小野塚さん**「わたし、目の下にあるクマが気になってるんです。ずっと消えなくって……」

**先生**「それなら、すぐになくなりますよ！ **ヒアルロン酸注射**で、お肌にハリも出てくるので、素肌に自信がもてるって患者さんにも好評の施術なんですよ☆」

**小野塚さん**「え！ 知らなかった。でも、注射は痛そうですね～」

**先生**「ヒアルロン酸を注入する前には、まず**塗る麻酔**をして、そのあとに**局所麻酔**をします。だから、施術中の痛みは、ほとんど気にしなくても大丈夫なんです」

**小野塚さん**「ほんとにキレイにクマが消えるんでしょうか？」




高須クリニックをレポートしてくれたのは小野塚詩媛さん（20才・学生）。「このクリニックは設備が整ってるなーっていう感じ。しかも女性の先生だったから、親近感がもてて、いろんなこと相談しちゃいました！」

いけば、キレイに仕上がって、透明感のある目元になりますよ」

**小野塚さん**「時間はどれくらい？」

**先生**「そうねぇ、多く見積もっても、**両目で2分くらい**ってとこかしら」

**小野塚さん**「それは早いかも！ オドロキ☆ 注射のあとは、どんな感じなんですか？」

**先生**「前よりキレイになるってこと以外に特に変化ないですよ（笑）。**普段通りメイクもOK**」

**小野塚さん**「なるほどー」

**先生**「うちのクリニックはたくさんの症例数があるから、失敗の心配はないし、設備もトップクラス。安心して受けにきてくださいね」

**小野塚さん**「ちなみに効果は？」

**先生**「個人差はあると思うけど、1回で1～2年は持ちます」

**小野塚さん**「それ、うれしい♥」

### こんな人にオススメ！

- **どうしても取れないクマが気になる！**
  お肌の悩みを内側から叶えてくれるから、ヒアルロン酸が効果テキメン！
- **メスを使わなくてもいいプチ整形ならトライしたい！**
  注射を打つだけの簡単施術だから、あっという間に終わっちゃいます。
- **誰にもバレずにキレイになりたい！**
  注射のあとは残らないから、もちろん誰にもバレません！



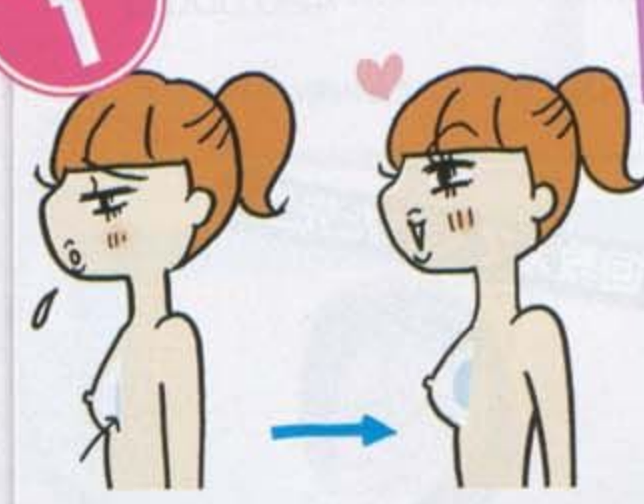
### 気になるのは、やっぱりプライス

#### 手軽で痛くないヒアルロン酸が人気です！

| | |
|---|---|
| 高須式クイック二重術（両目） | 94,500円 |
| 目の下のクマ治療　ヒアルロン酸 | 105,000円 |
| 隆鼻注射（ヒアルロン酸） | 52,500円 |
| プチ豊胸術　マンマリーヒアル10cc | 73,500円 |

POINT 1

### 15分で瞬間バストアップ！ 最大1～2カップをお約束！



バストアップにもヒアルロン酸が人気。そのワケは、豊胸用のヒアルロン酸を好みのデザインに合わせて注入していくだけで、あっという間に1～2カップも上がる即効性にアリ！ しかも、針穴は目立ちにくいブラ下ラインに。1週間を過ぎたくらいから段々と消えていくので、バレないのもうれしい限り！



こんなに簡単なら、エステ感覚で受けられるね！

### 今回教えてくれた先生



赤坂院　高須敬子先生

健康にも気づかい、安全な治療を提案してくれると評判。ブログも要チェック！ 愛知医科大学医学部卒業。日本形成外科学会会員、日本美容外科医師会会員、日本乳癌学会会員、日本内科学会会員。

POINT 2

### キレイな鼻スジをつくるヒアルロンの隆鼻術！



もうちょっと鼻が高かったら……を簡単に叶えてくれるヒアルロン酸注射の隆鼻術。施術時間はたった1分です！「ヒアルロン酸を入れる前に麻酔薬を注入するので、痛みは感じません。さらに、仕上がりをシミュレーションできるので、リクエストには100%応えられます！」（高須敬子先生）



明るくてアットホームな雰囲気づくりをモットーにしたクリニックだけに、スタッフの質の高さも要チェック！ 先生以外は全員女性なので、どんな悩みも気軽に相談できるのもポイント高し。

**彫刻のようにボディラインを美しくデザインしてくれる！**

# アイルクリニック

確かな技術で完璧なボディラインをメイクする脂肪吸引＆注入が得意の人気クリニック。ひとりひとりに丁寧に対応してくれるので、若いコや初心者にもオススメです。

DATA
［池袋］東京都豊島区南池袋 2-26-6 島倉ビル4F 【診療時間】10:00〜19:00 無休
☎0120-891-929
http://www.biyou-net.com/

## なめらかな仕上がりだからリピーター続出

**中山さん**「二の腕の脂肪吸引に興味があるんですが……」
**先生**「二の腕は、20代の女性に人気のあるパーツです。プライス的にもリーズナブルですから、オススメですよ！」
**中山さん**「具体的には、どんな手術になるんですか？」
**先生**「アイルクリニックでは、**オリジナルのシリンジ法**というメソッドで脂肪吸引を行っています」
**中山さん**「シリンジ法？」
**先生**「はい。皮膚に数ミリの小さな穴をあけて、注射針のような細い管を通して、少しずつ脂肪を吸引していく方法なんです」
**中山さん**「仕上がりがボコボコになったりしないんですか？」
**先生**「このメソッドでは、数cc単位で吸引量や吸引箇所を調整していくことができるから、なめらかで**希望通りのラインがつくれる**んです。だからウエストやヒップラインのリメイクも可能ですよ」
**中山さん**「へー！ 面白いですね。痛みはありますか？」
**先生**「手術中はしっかり麻酔をしているので、まったく痛みはありません。術後は筋肉痛のような鈍い痛みがありますが、**デスクワークなら翌日からできます**よ」
**中山さん**「術後の経過は？」
**先生**「1週間でむくみがひいて、その後、徐々に細くなります。傷は虫さされのあと程度。おへそやヒップの下など、見えにくい場所なのでほとんど目立たない」
**中山さん**「なるほど！」
**先生**「脂肪細胞ごと取り出すので、**ずっと細いまま！** ダイエットよりも効果的だと思いますよ！」




アイルクリニックをレポートしてくれた中山真見さん（25才・自営業）。「最初は怖かった脂肪吸引も、や手術テクニックのこだわりを聞いて納得。先生のやさしい人柄にも好感度UP！」

### 気になるのは、やっぱりプライス

**今冬はおトク度MAXのキャンペーン価格！**

| | |
|---|---|
| 二の腕 | 99,000円 |
| おなか全体 | 240,000円 |
| ウエストくびれ形成 | 199,000円 |
| 太もも全体 | 420,000円 |

＊すべてキャンペーン価格。

### こんな人にオススメ！

- **運動＆食事制限ナシで、ラクしてやせたい！**
  たった一度の脂肪吸引で、ずーっとスリムが続きますよ！
- **ダイエットじゃ難しい、部分ヤセを希望！**
  二の腕やヒップ、太ももなど、パーツ別でリクエスト可能！
- **理想的なプロポーションをつくりたい！**
  数cc単位の微調整ができるから、くびれたウエストもお手のもの！





**キレイな仕上がりでリピーター多し！ かなりの高ポイントだね♪**

### 今回教えてくれた先生



総院長 大庭英信先生

東京慈恵会医科大学卒業。大手美容外科院長を経て、2000年にアイルクリニックを開院。プチ整形でも、本物の医療としてまじめに取り組んでいるので、初心者でも安心。

POINT 1

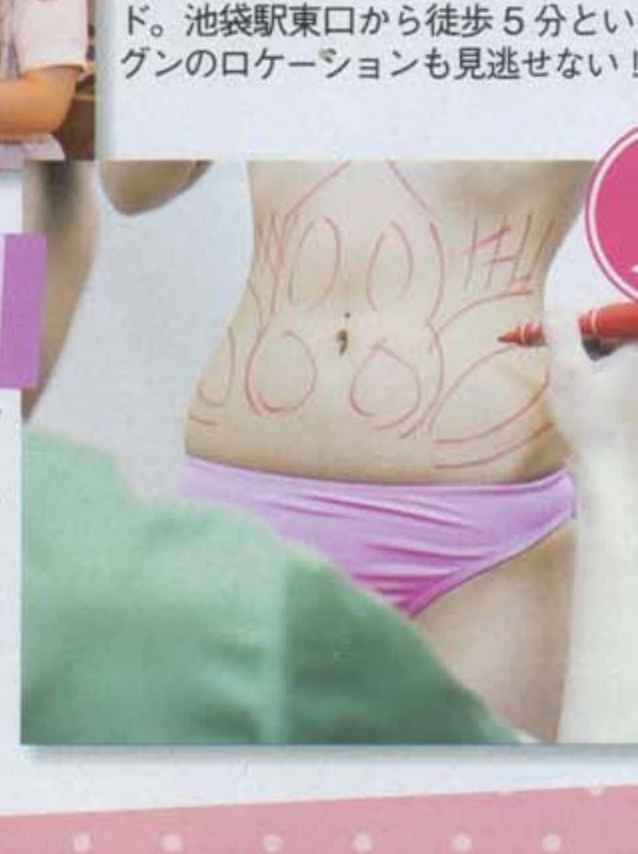


### オシャレ＆安らげるシックモダンなインテ

入り口から奥まったところにあるティングスペース。ブラウンとレ大人シックなインテリアが、気持らげてくれます。テレビや雑誌を、ら、待ち時間をゆっくり過ごせるのド。池袋駅東口から徒歩５分といグンのロケーションも見逃せない！

### 数ミリの穴だから傷も目立たない！

注射針のような細い管を使って、少しずつ丁寧に脂肪を吸引していくので、キメこまかいボディメイクが可能！ 熟練ドクターのゴッドハンドでほどこされる、手作業ならではのなめらかな仕上がりだから、水着を着るのが待ち遠しくなりそう！ 傷も目立たないのがうれしい限り。理想のプロポーションを手に入れよう！



## Bust 豊胸術



当院の豊胸術は33年の歴史があり大きさ・形・感触など、すべてに配慮しています。ご希望に応じて手術ナシ・手術アリから選べます。

**手術ナシ スピーディ豊胸術** 手術の必要がいっさい無い豊胸術で、短時間でバストを大きくできます。もともと皮膚やバストに含まれている成分を使用し、ふっくら大きく。翌日から普段と同じ生活ができます。

**新料金 医療バッグ豊胸術** 「2〜3カップ以上大きくしたい」「形もサイズも変えたい」という方には、医療バッグでの豊胸術がおすすめです。独自の技術で傷跡は分かりません。また、たるんだバストや左右違うバストも形良く、ご希望通りのバランス良いバストを追求します。

**乳首・乳輪の悩み**
黒ずんだ乳首や乳輪の色も薄く。医師が処方する塗り薬で、約2ヵ月ほどで薄くなります。

おすすめ

| | |
|---|---|
| 医療バッグ豊胸術 | 472,500円 |
| スピーディ豊胸術(10cc1本) | 52,500円 |
| 乳首のホワイトニング治療 | 27,300円 |

## Body 痩身・減量



**メディカル脂肪吸引**
大塚美容形成外科のメディカル脂肪吸引は10代〜60代の方まで多くの方達が受けている痩身医療です。大塚では独自の吸引技術で深層から浅層の余分な脂肪をバランス良く吸引して、肌表面に凸凹ができません。肌のハリが失われない美を追求した吸引法です。
※ 脂肪細胞を減らすのでリバウンドもありません。



**やせる注射** 「脂肪吸引とは違う方法で痩せたい」という方におすすめなのが、当院の痩身注射です。細くしたい箇所に注射するだけ。脂肪で太い箇所のほか、筋肉で太い脚も注射で細く。「ブーツのファスナーが上がらない」といった悩みも解決!すっきり美脚でこの冬のファッションをより楽しく。

**減量&ダイエット**
当院監修のダイエット食品やドクター処方の痩せる内服薬などで健康的な減量も可能です。

1/31まで

| | |
|---|---|
| 脂肪吸引(腹部) | 199,500円 |
| 脂肪吸引(二の腕) | 131,250円 |
| 脂肪吸引(ヒップ) | 199,500円 |

## Face 小顔



最新美容メソッドで小顔に♥
当院では手術ナシで小顔を目指します。ファッションもグッと引き立ちます!

**手術ナシ 小顔&顔やせメソッド**
大きい顔の原因に、エラの筋肉(咬筋)の発達があります。当院では咬筋に働きかける小顔メソッドで小さくほっそりした顔を追求。ダイエットでは、やせないエラ張りの大顔も小さく。また頬の脂肪や下ぶくれが気になる方もご相談ください。お一人お一人の顔の筋肉や脂肪の状態に合わせて治療します。

**輪郭形成術** 骨格自体が大きい人も当院の外科手術で小さく形良い輪郭に整えます。当院の美容外科・形成外科・口腔外科のドッキングにより、輪郭(骨格)をバランス良く治します。長いアゴ・突き出た頬骨・張り出したエラもご相談ください。

**脂肪吸引で小顔に!**
顔の脂肪が気になる方には当院のメディカル脂肪吸引がおすすめです。1回の吸引で余分な脂肪を除去。

1/31まで

| | |
|---|---|
| 小顔脂肪吸引(アゴ) | 105,000円 |
| 小顔注射(頬の脂肪) | 26,250円 |
| 小顔注射(咬筋) | 78,750円 |

※小顔注射は12月31日までの料金です。

## Teeth 歯・口元



**歯のホワイトニング** 大塚美容形成外科では色々なホワイトニングプランがあり、黄ばんだ歯や黒ずんだ歯も1回でご希望の白い歯に! LEDライトによる新しいホワイトニング治療も受付中です(銀座院のみ)。

当院では金属をいっさい使わないジルコニア・オールセラミッククラウンもご用意。身体や歯茎に負担がありません。 157,500円

**1ヶ月で歯列矯正** これまで長期間かかった歯並びの矯正が最短1ヶ月以内で終了。出っ歯・すきっ歯・八重歯もセラミッククラウン法で整えることができ、歯の色・形もご希望通りの仕上がりを目指します。ワイヤーの装着は一切ありません。

**口元のラインのお悩み**
当院ではお一人お一人の美しさを引き出す歯・口元のライン(骨格)に治療します。当院の歯科・口腔外科・美容外科がドッキングした独自の技術で、突き出た上アゴや下アゴなどもバランスよく治療します。

| | |
|---|---|
| セラミッククラウン(1本) | 126,000円 |
| ラミネートベニア(1本) | 84,000円 |
| ホワイトニング(ホームブリーチング) | 31,500円 |



**大塚美容形成外科・歯科**
0120-80-1611
※他で受けた美容整形のご相
修正手術なども受付けておりま
ホームページ www.otsuka-biyo.co.jp
ケータイ www.otsuka-biyo.co.jp/i

# 大切なのは「技術」と「品質」そして「アフターケアの充実」

# Yes! 高須クリニック

## “高須”という本名をクリニック名にしたのは責任感の証です。



**高須幹弥**
医学博士・麻酔科標榜医
日本形成外科学会認定専門医

植毛手術の研究にて医学博士号を
リオデジャネイロ大学教授であるイ
ピタンギ博士の指導を受け、フェイス
ディまで幅広く治療を担当。生涯に
主治医となれるよう患者様と医師
頼関係を重んじ、アフターケアの充
力を注いでいます。



**高須克弥**
医学博士
日本形成外科学会認定専門医

1945年、先祖代々続く医師の家系に誕生。かつて強い偏見を持たれていた美容整形医となることに周囲から反対されたが、1976年、美容外科・高須クリニックを開設。現在も診療のかたわら、国内外の学会に出席しては、最先端治療法の効果と安全性を検証する日々を送っています。

ポジティブな気持ちから受けるはずの美容整形ですが、正確な診断と適切な治療を受けなければ、大きなトラブルの原因になりがちです。希望する仕上がりを本当に実現できる「センス」「経験」「技術力」を持ち合わせた医師かどうかが見極められなければなりません。そして何より大切なチェックポイントは、医師の「責任感」のあらわれとも言うべき「アフターケアの充実」。
「高須クリニック」が創立者の本名である「高須」をクリニック名にしているのは、すべての施術において責任の所在を明らかにするためでもあります。



## PRICE LIST

ひとり一人ちがうお悩みに、きめ細かく対応しています。

| | | |
|---|---|---|
| 目 | 二重まぶた（クイック埋没法） | 片方¥52,500 両方¥94,500 |
| | 二重まぶた（ミニ切開法） | ¥262,500 |
| | 二重まぶた（全切開法） | ¥262,500 |
| | 目頭切開 | ¥262,500 |
| | 目尻切開 | ¥262,500 |
| | 眼けん下垂 | 片方¥367,500 |
| | くぼみ目修正 | ¥105,000 |
| 鼻 | 隆鼻術（注射式） | ¥52,500 |
| | 隆鼻術（プロテーゼ挿入） | ¥367,500 |
| | 小鼻縮小 | ¥367,500 |
| | 耳介軟骨移植（鼻先を高く・細く） | ¥367,500 |
| | だんご鼻を細く | ¥525,000 |
| | 鼻根を細く | ¥630,000 |
| | ワシ鼻の修正 | ¥420,000 |
| 口 | 唇を厚く（上下） | ¥105,000 |
| | 唇を薄く（上・下） | 各¥157,500 |
| | ガミースマイル（注射式） | ¥52,500 |
| | ガミースマイル | ¥367,500 |
| 歯 | ホワイトニング | 1本1回¥1,575 |
| | エステ | ¥10,500 |
| | ラミネートベニア | 1本¥105,000 |
| | オールセラミッククラウン | 1本¥105,000 |
| | ジルコニアセラミックス | 1本¥126,000 |
| | 審美義歯 | ¥157,500〜¥630,000 |

| | | |
|---|---|---|
| 輪郭 | あご整形（注射式） | ¥52,500 |
| | あご形成（プロテーゼ挿入） | ¥367,500 |
| | エラ縮小術（注射式） | ¥157,500 |
| | こめかみ形成（注射式） | 1本¥105,000 |
| | ひたい形成 | ¥105,000〜¥1,575,000 |
| | 脂肪吸引（頬・あご） | 各¥294,000 |
| | あご骨形成 | ¥1,050,000 |
| | エラ骨・頬骨形成 | 各¥1,260,000 |
| 美肌 | ホクロ・イボ | 1個¥2,100〜¥105,000 |
| | あざ・シミ（レーザー） | 1cm四方¥10,500 |
| | イレズミ除去 | ¥10,500〜¥630,000 |
| | レーザーアブレージョン | 1cm四方¥10,500 |
| | IPLフォトフェイシャル・フォトRF（顔全体） | 各¥31,500 |
| | ケミカルピール | ¥15,750 |
| | イオン導入 | 各種¥9,450〜¥12,600 |
| | ボラリス | 1回¥31,500〜¥52,500 |
| | サーマクールネクスト | ¥157,500〜¥315,000 |
| | フラクセル | ¥31,500〜¥157,500 |
| バスト | 豊胸術（注射式） | 10cc ¥73,500 |
| | 豊胸術（脂肪注入） | ¥315,000 |
| | 豊胸術（プロテーゼ挿入） | ¥1,050,000 |
| | 陥没乳頭 | 片方¥262,500 |
| | 乳頭縮小 | 片方¥157,500 |

| | | |
|---|---|---|
| ボディ | 脂肪吸引 | 一部位¥210,000〜¥399,000 |
| | リポレーザー | 一部位¥157,500 |
| | イタリアンメソシェイプ（ハガキ大） | 一部位¥31,500 |
| | | 6回コース¥157,500 |
| | カーボメッド | 一部位¥21,000〜¥31,500 |
| | ヒップアップ | ¥1,050,000 |
| ワキガ・多汗症 | 注射法 | ¥157,500 |
| | クイック法 | ¥157,500 |
| | コンビネーション法 | ¥210,000 |
| | 剪除法 | ¥315,000 |
| 脱毛 | 両ワキ | 1回¥14,700 |
| | | 1年間フリープラン¥58,800 |
| | 上腕または前腕 | 各1回¥30,450 |
| | | 1年間フリープラン¥115,920 |
| 植毛 | まつ毛・まゆ毛 | ¥262,500〜¥525,000 |
| | 頭部・性毛 | ¥262,500〜¥945,000 |
| 性器 | 小陰唇肥大 | 片方¥157,500 |
| その他 | ピアス | ¥5,250 |
| | ボディピアス | ¥12,600 |
| | 耳の形成 | 片方¥157,500〜¥315,000 |
| | 傷あと・唇裂修正 | 各¥5,250〜¥525,000 |
| | 出べそ修正 | ¥157,500〜¥315,000 |

*料金は、すべて消費税込の価格です。*大きさや状態に応じて費用が変動する手術については、カウンセリングで正確な金額を提示させていただきます。*公的医療保険は適用されません。
*秘密厳守の医療ローンをご用意しています。*この料金表は、平成21年8月1日現在のものです。

**無料** カウンセリング券をダウンロード!


☎03-3587-2061
歯科直通 ☎03-3583-9244






〒107-0052 東京都港区赤坂2-14-27 国際新赤坂ビル東館12F

横浜 ☎045-322-1187
JR・横浜駅西口より徒歩1～2分






〒220-0004 横浜市西区北幸1-6-1 横浜ファーストビル15F

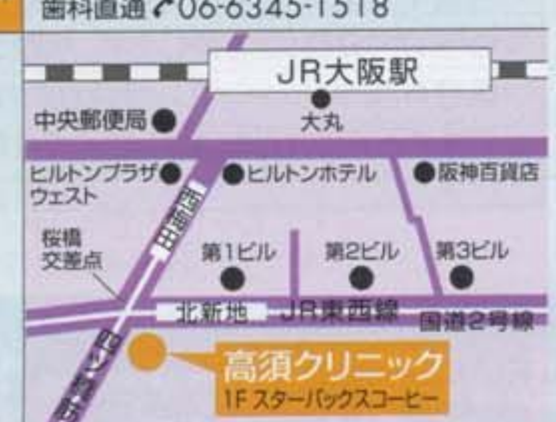
名古屋 ☎052-564-1187
歯科直通 ☎052-564-4618
JR・名古屋駅より徒歩1分






〒450-6208 名古屋市中村区名駅4-7-1 ミッドランドスクエア8F

大阪 ☎06-6345-1187
歯科直通 ☎06-6345-1518
JR・大阪駅より徒歩4分



〒530-0002 大阪市北区曽根崎新地1-4-12 桜橋プラザビル8F

# 長〜〜いマツ毛

まつ毛専用育毛剤を毎日塗ると、二ヶ月後にはマスカラいらずの長いまつ毛に！




1本¥14,490（個人差があります）





## 目もと ここが違う！タカスの二重術 クイック埋没法

特許：第3628597号

特許取得の超極細手術糸を用いて手術後の腫れをミニマムにおさえ、特殊な技術で取れにくくなっています。




だから取れにくい！

**高須式クイック埋没法**



高度な技術で、まぶたの二重ラインの内側に糸を通します。一般的に行われている埋没法が2〜3点だけで留めるのに対し、高須式は2点（赤部分）＋ 2線（青部分）で安定した二重ラインを作ります。

**一般的な埋没法**



二重ライン上の2 or 3ヶ所を糸で留めて二重のクセをつけます。

- ●二重術 クイック埋没法 ¥94
  （片方の場
  ミニ切開法 ¥262
  全切開法 ¥262
- ●目頭切開 ——— ¥262
- ●目尻切開 ——— ¥262
- ●眼けん下垂 片方 ¥367

## 隆鼻術

- ●注射だけで鼻を高くする方法 ¥52,500
- ●プロテーゼを挿入する方法 ¥367,500



## 注射式 小顔術

- ●注射でエラの張りを取ると、オドロキの小顔効果！ ——— ¥157,500

## 瘦身 注射だけでサイズダウン！

高須クリニック独自の高級配合薬剤で、周囲に気付かれることなく、まるでダイエットに成功したかのように自然なサイズダウン。ゆっくり確実にスリムになれて、費用も手頃な注射式部分痩せに人気が集まっています。



- ●注射式部分ヤセ（ハガキ大一部位）¥31,500
  （6回セット¥157,500もあります）
- ●脂肪吸引（一部位）¥210,000〜¥399,000

## 本格派？ プチ派？ 選べる3つの 豊胸術

### 1 注射式豊胸 10cc ¥73,500

注射でできる豊胸術が大人気！ より手軽に、より自然な理想のバストを手に入れられるようになりました。

### 2 自分の脂肪で ¥315,000 ＋脂肪吸引代

腹部などの余分な脂肪をバストに注入します。豊かなバストと同時にくびれたウェストラインや引き締まった脚線美を目指す方に最適です。

### 3 美容外科手術 ¥1,050,000

一人ひとりの体型やなりたいバストの大きさと形を考え、最適なバッグを選びます。また、術後のアフターケアとして、無料で超音波マッサージを行っています。




## ニキビ・医療脱毛

ニキビ・ニキビ跡・毛穴の開き・ホクロ・アザ・イボ・タトゥー除去など、あらゆるお肌のご相談に応じます。携帯電話で入手できる無料カウンセリング券をご利用ください。



- ●フォトフェイシャル ——— 顔全体1回 ¥31,500
- ●両ワキ脱毛 ——— 1回 ¥14,700
  1年間フリープラン ¥58,800

## 歯科 ナチュラルな色と歯並び



- ●オールセラミッククラウン ——— 1本¥105

出っ歯や乱ぐい歯でお悩みの方でも、短期間で自然で整った歯並びに。

歯並びが悪いことをあきらめていませんか？
笑顔にはバランスのとれた歯並びが必要不
タカスの美容歯科技術なら短期間に少ない
であなたの笑顔をもっと素敵にすることが
歯を白くするレーザーホワイトニングも好評

---

美容外科
形成外科
美容皮フ科
歯 科

# 高須クリニック

赤坂 12Fに移転しました・横浜・名古屋・大阪

パンフレットのご請求は、フリーダイヤルまでお電話ください

美容相談 9:30〜22:00 0120-5587-15

歯科相談 9:30〜19:00 0120-4180-86

高須クリニック 検索

ホームページから資料・無料カウンセリング券請求やカウンセリング予約が可能です

http://www.takasu.co.jp

- ●年中無休
- ●予約制
- ●ローン・クレジ

# RITZ JOURNAL

nk you for your attention.
"Ritz Cosmetic Surgery" release this article for your total beauty.
are happy if our information will be helpful for you
looking forward to seeing you soon in our clinic !!

2010
January

## 輪郭形成術



当院は、複合手術ができるクリニックです。
RickettsのE-ライン、顔面の審美三角などの輪郭美の基準線を基に、お一人お一人に合った綿密な治療方針を決定します。
開院以来、過去9年間、国内有数2,500例以上の症例を誇ります。
下のイラストは、目と目の間隔、鼻の長さ、口唇の大きさも同じ女性です。同じ目鼻立ちでも、頬骨やエラが大きかったり、顎が長かったりすると顔の印象が大きく変わります。
当院では、額・頬骨・エラ・顎・咬み合わせまでそれぞれの部位のバランスを考え、トータルデザインします。




**! 横幅が広い男性的な頬骨が気になる方へ**
内方転位と削骨で、頬骨の広い横幅を改善する。

### 頬骨

大きく見せる頬骨弓部自体の厚さは5～6ミリで、削れたとしても3～4ミリが限界です。
では、ほとんど見た目が変わりません。
で最大約2センチ小さい横幅を目指し、弓(アーチ)を2～3ヶ所骨切りをして内側にる(内方転位)アーチ・インフラクチャー法を行い一方、斜め横顔は頬骨体部(ボディ)の削骨をます。この2つの手術を行うことで、"頬骨"自体のを感じさせないほどの仕上がりを目指します。
手術は、学会で発表を行った手術です。
0円(個人差で料金は変わります。)

Get Info.




**! エラが張って四角い顔を卵型の小顔にしたい方へ**
骨切りと、外板切除でエラの形を整える。

### エラ

だけにとどまらず、顎に近い部分まで広範囲にりします。正面顔は外板切除術で小さく、は曲線的下顎角骨切り術で滑らかな曲線をし、卵型の小さい輪郭を目指します。
差はありますが、両側で約2センチ小さくする目的とする手術です。口の中から行いますので、に傷が残りません。行っているクリニック、医師がされる高度な手術です。
00円(個人差で料金は変わります。)

Get Info.




**! 顔が長く、顎が大きいことが気になる方へ**
2段水平骨切り術で、顎の形を整える。

### 顎

顎、大きい顎には、2段水平骨切り術が適応ます。最大約1～1.2センチの短縮、約8ミリ～チの後退を目指します。骨切り後の段差はなく滑らかな曲面に仕上げます。
かに仕上げるには高度な技術を要します。
では段差の修正手術もうけたまわっております。
0円(個人差で料金は変わります。)

Get Info.



※長い・大きい・突出・後退している顎をバランスの良い小顔にしたい方。

**! 矯正よりも短期間で咬み合わせを治したい方へ**
分節骨切り術で咬み合わせを治す。

### 咬合

合わせを矯正で治すためには、長い年月がかかりますが、分節骨切り術を行えば、一日で咬み合わせが治ります。1,365,000円

Get Info.

## 鼻形成術



鼻は立体であるため、美容整形施術の対象として最もポピュラーでありながら、専門的な技術を必要とする部位になります。
当院はここ3年間でも、2,000例以上の症例、数十回に及ぶ学会での発表を重ね、その技術を高水準に維持することに暇(いとま)がありません。
とりわけ、9月に催された学会にて発表した「3次元的鼻尖形成術の重要性」は、これまで一般的には盲目的に行われてきた鼻尖形成術に異論を唱え、患者様のご希望を最優先としながらも、多面的に美しい鼻尖を形成する方法について論じました。

**! 団子鼻を治したい方へ**
自然な仕上がりでシャープな鼻先にする。

### 鼻尖縮小術

脂肪組織の切除、鼻翼軟骨の縮小、離れている左右鼻翼軟骨の処理という3段階処理で小さくシャープな鼻尖を形成します。また同時に、鼻尖を高くしたい、下に向けたい、上に向けたい等の希望に対しては自家組織移植を行います。
当院では、正面、側面、斜めから見ても整った鼻尖にする3次元的美しさを追求した、全く新しい鼻尖形成術を行います。
315,000円(個人差で料金は変わります。)

Get Info.




**! 小鼻を小さくしたい方へ**
両側に広がった小鼻を改善し、小さく整った鼻にする。

### 鼻翼縮小術 エーラー・フラップ法

日本人に多い鼻翼幅を狭くしたいという希望に対しては、最小限の切開で大幅に鼻翼幅を変えるAlar flap(エーラー・フラップ)法を行います。
これは、一般的な鼻翼縮小術では鼻翼が不自然な形態に仕上がるという課題を、改善・進化させた手術法として学会で発表し行った手術です。
262,500円(個人差で料金は変わります。)

Get Info.



※鼻翼側の皮膚を中央へ寄せます。

**! 鼻の穴が見えて気になる方へ**
上に向いた鼻を下方向に延長する。

### 鼻中隔延長術

日本人の鼻の特徴である鼻が短い、鼻尖が低く上向きである等に対しては、鼻中隔を延長して鼻の形態を整えます。
鼻中隔延長術は、鼻尖の長さ、角度、幅を自由に決められる鼻の構造自体を変える"構造鼻形成術"です。
840,000円(個人差で料金は変わります。)

Get Info.



※耳介軟骨を使い鼻中隔を延長するため長期的に安定した結果が得られます。

**! 鼻を高くしたい方へ**
オーダーメイドのインプラントで鼻を高くする。

### 隆鼻術 インプラント法

当院では、1人1人に合わせてインプラントをデザインします。
インプラントは非常に柔らかく弾力性に富み、触ってもほとんど存在が分らないくらいです。また、鼻骨骨膜下に挿入するため安定して動きません。294,000円

Get Info.




学会発表を行った施術です。





当院では、修正手術も多数承っておりますので、お気軽にご相談下さい。
●東京院　東京都品川区上大崎3-1-7 目黒東宝ビル6・8階
●横浜院　横浜市西区北幸2-10-50 北幸山田ビル7階
●名古屋院　名古屋市中村区名駅4-16-33 PACIFIC SQUARE MEIEKI 3階
●大阪院　大阪市北区中津1-2-21 中津明大ビル2階
●高松院　高松市瓦町2-6-14 高松アミュージアムビル6階



# 目もとの手術

東洋人の目の解剖学的特徴に応じて、目もとの美容整形はアジア諸国において独自に進化をしてきていると言っても過言ではないでしょう。
一重の人、二重の人、目の小さい人、大きい人、垂れ目の人、つり目の人…。
これほど形態の多様性が顕著な人種も希有です。
また目もとについてはその時代ごとに美の定義が変わってくることも特筆すべき点です。
このような多様性、変化に対応できる最大の武器は、施術のヴァリエーションと技術力にあります。
当院では、二重形成術はもちろんのこと、目もとを上、横、下方向へと広げる多様な施術ラインナップをご用意しております。

**切らずに二重にしたい方へ**

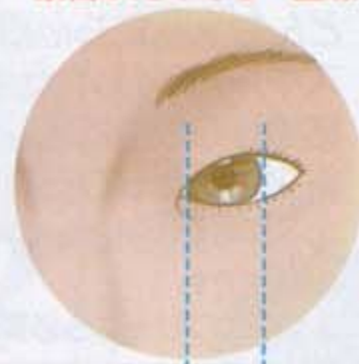
糸の結びで戻りにくい二重にする。

## 埋没法（スクエア・マルチプル・ノット法）

一重のかたが二重になるとまつ毛が上向きになり、目が大きく見える事が多いです。
一般的に行われている埋没法（クイック法）は、数年で一重に戻ることが多く、生涯に何回も手術を受ける必要があります。
この欠点を解消するために糸の結び方を工夫して強固にしたのが、スクエア・マルチプル・ノット法です。
非常に二重になり難く、切開法は受けられないというかたには、6点固定法をご提案します。
63,000円（個人の固定点数で料金は変わります。）

Get Info.

蒙古ひだのある一重瞼



スクエア・マルチプル・ノット法



二重瞼

**眼瞼下垂により"眠そうで小さい目"の方、"もっとぱっちり大きい目にしたい"方へ**

たてに開いた大きな目にする。

## 挙筋短縮法・挙筋タッキング法 右図（1）

小さい目、眠そうに見える目は、目を開ける筋肉（上眼瞼挙筋）を短縮し、たてに広げ黒目がよく見えるようにします。当院では、手術中にご自身で目の開き具合を確認できる上、瞼の裏側からアプローチする経結膜法にて行うため、皮膚に一切傷がつきません。経結膜法は腫れも少なく、あまり休みの取れない方にも向いています。
挙筋タッキング法420,000円、挙筋短縮法525,000円

Get Info.

**傷が目立たない方法で目頭の幅を広げたい、平行型の二重にしたい方へ**

横幅の広い目にする。

## 目頭切開術 右図（2）

「目頭側を広くしたいけれど、傷が気になって踏み切れない」。このような方にご提案するのが当院の目頭切開術です。
一般的な方法とは異なり、皮膚を切り取らないで皮弁を入れ替える方法をとるため、傷が小さく目立ちません。しかも手術中にご自身で目頭の開き具合を決められます。目の横幅が広がり平行型二重にもなります。
262,500円（個人差で料金は変わります。）

Get Info.

（1）挙筋短縮法
挙筋タッキング法
（2）目頭切開術




たての開きのよい横幅の大きな目

**優しい垂れ目にしたい方へ**

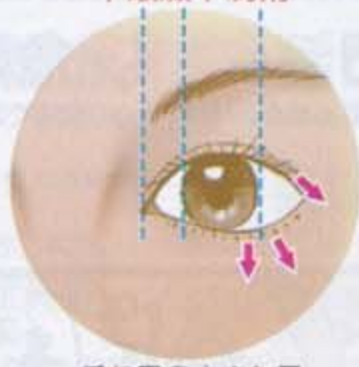
下方に大きい垂れ目にする。

## 下眼瞼下制術

大きな目とは、黒目も白目もよく見える開きのよい目ではないでしょうか。
下瞼の中央から外側1/2を下げて、外側の白目を大きく見せるようにします。
東洋人に多いつり目できつい印象の目を、垂れ目の柔らかな印象にし、大きな瞳にする手術です。この手術は、学会で発表を行った手術です。
420,000円

Get Info.

下眼瞼下制術



垂れ目の大きな目



# 胸もとの手術

新しいサイエンスを以て研究が進む再生医療は近年、豊胸術にも応用されるようになりました。
具体的には、"幹細胞"を用いた豊胸術です。
"幹細胞"とは、いろいろな細胞に分化する能力何度も分裂を繰り返して増殖する能力を保持して特殊な細胞です。実際の医療現場では、この特性利用し、骨の欠損やその他の器官の再生に用いられています。
当院はこの"幹細胞"の豊胸術への応用を、大学の研究チームと連携し、開発を進め、この度、幹細胞脂肪注入法として確立致しました。
バストの分野においても、学究的スタンスを取り高度技術の維持・研鑽に励んでおります。

**バッグによる豊胸をご希望の方へ**

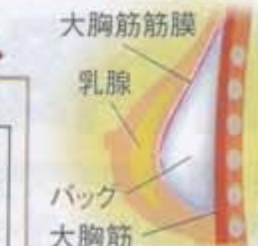
柔らかで動きがあって、日本人女性に合ったシルエット。
最高水準を追求したバッグで思った通りの大きさにする。

## 人工乳腺法

日本人女性の胸郭を解剖学的に分析したバッグを使用します。内容物は柔らかさを追求したレスポンシヴ・ジェル、外膜は耐久性の高い3層構造のバイオセルバッグです。
大胸筋下法と乳腺下法の短所を解消した大胸筋筋膜下法を優先的に選択します。大胸筋筋膜下への挿入は、実施しているクリニックが少なく、医師の技術を要します。
また、「被膜拘縮」を発生させないための体外式超音波、内服薬によるきめ細かなアフターケアを行っています。
525,000円（個人差で料金は変わります。）

Get Info.

人工乳腺法




※大胸筋筋膜の下にバ

**痩身と豊胸を同時にご希望の方へ**

ボリュームのあるバスト、くびれたウエスト、スラリとした脚。
脂肪吸引と豊胸術で、メリハリのあるボディを同時に手に入れる。

## 脂肪注入法

ご自身の脂肪を注入する方法です。ご自身の脂肪ですので柔らかさ、動き、形は本来のバストと変わりません。脂肪が生着するために重要な事は、血液から栄養をもらう事です。
当院では脂肪に栄養が行きわたるように、細かく分散して血流豊富な大胸筋を中心に大胸筋下、大胸筋内、乳腺周囲、乳腺下に注入します。脂肪吸引+315,000円（個人差で料金は変わります。）
また、当院では今注目の幹細胞脂肪注入法を、有名国立大学と連携して治験段階から研究・開発を進めてきました。
幹細胞脂肪注入法で、2カップ以上のサイズアップを可能としています。1,260,000円（個人差で料金は変わります。）

Get Info.

脂肪注入法




**傷が目立たない方法でバストの形を整えたい方へ**

授乳、加齢で下垂したバスト・大きすぎるバストの形を整える。

## 乳房つり上げ術・乳房縮小術

出産や加齢によって下垂したバストに対しては、乳房つり上げ術を行います。元々バストが大き過ぎて下垂している場合は、吊り上げると同時に乳房を縮小します。
一般的には、大きなT字型の傷がつく方法ですが、当院の場合、乳輪周囲のみの切開で形よく張りのあるバストに整えます。1,050,000円（個人差で料金は変わります。）

Get Info.

乳房吊り上げ
乳房縮小術




**傷が目立たない方法で乳輪の形を整えたい方へ**

大きな乳輪をバランスよく整える。

## 乳輪縮小術

日本人の乳輪の平均サイズは、直径3.5センチです。
バスト全体や乳頭とのバランスを考慮してデザインします。
当院では、傷の目立たない最小限の切開（乳頭周囲）で、バランスのよい大きさに縮小します。367,500円

Get Info.

乳輪縮小術



傷の目立たない
乳頭周囲を切

**授乳機能を残し、乳頭を小さくしたい方へ**

最小限の切開で乳頭を理想的な大きさにする。

## 乳頭縮小術

日本人の乳頭の平均サイズは、直径1センチ、高さ8ミリです。
最小限の切開でバランスの良い大きさに整えます。
乳頭縮小術で重要な事は、将来授乳の可能性のあるかたに対して、乳管を傷つけない事です。また血行を温存して手術を行う必要がある為、かなりの経験と技術を要します。
210,000円（個人差で料金は変わります。）

Get Info.

乳頭縮小術



直径を小さくする



高さを低くする場

**再発せず、授乳に影響ない方法で陥没乳頭を治したい方へ**

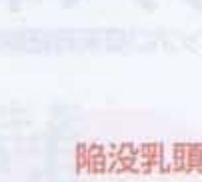
陥没した乳頭・乳首を治す。

## 陥没乳頭

陥没乳頭の手術は、将来授乳の可能性のあるかたに対して、乳管を温存して行う必要があります。また、再発を防ぐ為に陥没の程度に応じた術式を選択することが重要です。
（再発し、修正する為に当院に訪れるかたが少なくありません。）
当院では医師が適切な診断の基に手術を行います。
傷が目立たなく将来の授乳にもまったく支障をきたしません。
376,500円（個人差で料金は変わります。）

Get Info.

陥没乳頭



目立たない切開
傷は最小限で乳
傷つけない方


お問い合わせは…

リッツ美容外科 検索

0120-628-662 リッツ美容外科

H.P: http://www.ritz-cs.com/
Mail: info@ritz-cs.com

◎診療時間 10:00～19:00 ◎年中無休 ◎完全予約制 ◎無料カウンセリング ◎各種クレジット・ローンご利用可
◎公的保険は適用されません。治療費は標準的な費用になります。

S Cawaii! 特別編集

# 派手❤カワ きものBOOK

だれよりもかわいく目立てる!




成人式で、他のコたちと差をつけたい! そんな女のコのための振り袖コーディネートBOOKができました! 人気モデルたちオススメの着こなし、美人度アップのきものヘア、なりたいテイスト別メイクまで、一生に一度の大イベントをしっかりサポートする1冊です。

●定価:780円(税込み) 978-4-07-269222-6




Ray+mina 特別編集

# おしゃれで可愛い 着物ヘアカタログ

成人式に、卒業式に、パーティーに・・・イマドキなのに、着物にきちんとマッチした愛されアレンジだけを厳選! 人気サロンが提案するレングス別スタイルは、ショートやミディアムにも対応。晴れ舞台でみんなの注目を独り占めしちゃおう!

なりたいアレンジがかならずみつかる

●定価:880円(税込み) 978-4-07-270231-4

言いたいことがうまく伝えられない

はっきり言い過ぎ・・・とよく言われる

「アサーティブなコミュニケーション」が人間関係の悩みを解決します!

自分も相手も大事にした表現スキルを身につければ、まわりの人たちともっと理解しあえる。自分を素直に表現する方法を解説した入門書。




# 気持ちが伝わる話しかた

森田汐生 アサーティブジャパン代表 ●定価:1500円(税込み) 978-4-07-270432-5

ゆるゆる独身三十路ライフ

日々の生活のこと、美容や健康のこと、実家の両親とのやりとり……のん気で楽しくて、ちょっぴり切ない、おひとりさまライフをつづるコミックエッセイ。




# 毎日がおひとりさま。

フカザワナオコ ●定価:1050円(税込み) 978-4-07-270076-1




\理想のカレとめぐりあえる!/ \恋が叶う!!/

# 恋開運 神社へ行こう!

オトコ運の悪さに悩むアラサー漫画家・腹肉ツヤ子が、恋愛にご利益のある神社を巡り倒して、ついにつかんだオンナの幸せ! 各神社の縁結びポイント、正しい参拝の仕方、お守りやお札の取り扱いまでわかる、書き下ろしコミックエッセイ。

婚活中の漫画家腹肉ツヤ子が全国の神社を巡りまくる!!

腹肉ツヤ子 ●定価:1260円(税込み) 978-4-07-269469-5

主婦の友社
★http://www.shufunotomo.co.jp
■主婦の友社コールセンター
書店様ご注文・お問い合わせ☎049-259-1122 / 書店ご不便の際の読者様窓口☎049-259-1236
★書名コード(ISBN)を付記しました。ご注文等にご利用ください。

## urce ソース

ポイント 予約 通販 クーポン

のたまる毎日…あなたを癒す空間はどこですか?
では疲れたあなたを癒すゆったりとした時間をご用意
ます。ゲスト一人ひとりと過ごす温かなひととき。
"=原点、出どころ。あなたの新しい毎日をここから始
か?
http://source-hair.net/





県福岡市中央区渡辺通り1-8-31 アーバン通り201
00~22:00
休
2-724-4040
://source-hair.mobi

モバイルサイトへGO!

## Princess プリンセス

ポイント 予約 通販 クーポン

●初回半額●自然なのに存在感大、すっぴんゴージャス目元美人に。ピンクに統一されたかわいい「まつげエクステ専門サロン」です。国産グルー使用。カウンセリングでお客様の目の形やお好みに合わせてデザインを決めていきます。貴女の目元の美しさをプロデュースします。

予約mail princess-eyelash@docomo.ne.jp



オーナー 柴田 純子


住 神奈川県横浜市保土ケ谷区星川1-1-2ダイゴプラザ2F
営 10:00~20:00
休 年中無休
Tel 080-1264-0810
HP http://princess810.mobi

モバイルサイトへGO!

ンをCHECK!

ポイント お得なクーポン有り!　予約 ショップオリジナル通販!
通販 ラクラク予約OK!　クーポン ポイント特典あり!

美容外科クリニック紹介センター

きれいサポート
kirei-Support.jp

と美しくなりたい貴女を応援します。▶

## P.A.B ピー・エー・ビー

ポイント 予約 通販 クーポン

1度体験すれば、もう他には行けない!!毛質の良さと高い技術のエクステに他府県からのリピーター殺到中の"P.A.B"♪経験豊富な女性STAFFのみの店内はアットホームな雰囲気♪毛量・自毛カラーに合わせた似合わせ術&取れにくいと大評判の独自の三つ編みで憧れの艶サラロングに♪クーポン使用で驚きの低価格♪京都の方は長岡京店へどうぞ♪


PRISILA(プリシラ)取扱店



住 大阪府高槻市上田辺町6-23上田辺薩摩ビル303
営 10:00~20:00 休 月曜日
Tel 072-685-2246
HP http://p-a-b.mobi

クーポンページへGO!

## IMAVERA プリマベーラ

ポイント 予約 通販 クーポン

手にある完全プライベートサロン。リーズナブルな料
カウンセリングから施術まで高い技術でスタイリング
お客様一人一人に満足して頂いております。是非、一度
さい。眉、アイラインでお悩みの方もご相談下さい。





庫県宝塚市花屋敷荘園2-1-2-203
00~(送迎有)
中無休
2-758-9425
p://pri-i.mobi

クーポンページへGO!

## ホワイトエンジェル

ポイント 予約 通販 クーポン

天使や守護ガイドからメッセージを伝えるスピリチュアルリーディングをしています。人生に迷ったときに答えを見つけることが出来ますよ。ガイドたちとお待ちしています!



担当 白鷺 由美


住 東京都新宿区富久町38-7
営 11:00-20:00
休 不定休
Tel 03-3341-1019
HP http://white-angel.biz/

モバイルサイトへGO!

## etic salon plume エステティックサロン プルーム

ポイント 予約 通販 クーポン

はフェイシャル・ネイル・痩身・脱毛・ブライダルなどトータルで
なれるサロンです。白で統一された店内はアロマの香りに包まれ
空間。シャンデリアの光がエントランスに広がります。開放的なネ
スやエステルームは完全個室なので本格的なトリートメントを
でご堪能ください。駅から30秒&口コミやご紹介が多く、たくさ
様が気軽に通えるサロンですので、安心して遊びに来て下さい♪





玉県草加市氷川町2126-6 フナトビル3F
10:00~21:00(土・日・祝~19:00)
週水曜日
48-920-3833
p://www.esthetic-plume.com/

クーポンページへGO!

## ほでぃけあさろん ぐりtoぐら

ポイント 予約 通販 クーポン

コンセプトは体の外+内面から健康で美しく。より高い技術で結果を追求しお客様の満足を高めています。1回ずつの明朗会計、勧誘は一切なしのお店です。アットホームで気軽に通える私達にうれしいサロンが姫路駅前にあります。





住 兵庫県姫路市西駅前町51
営 11時~19時(最終受付)
休 不定休
Tel 079-288-3727
HP http://guritogura.mobi

クーポンページへGO!

# モテカワ SHOP GUIDE ショップガイ

女の子のキレイを応援してくれる強い味方、ビューティサロン
全国にあるショップの中から、特にオススメな14店舗がこちら
しっかりケアして、ピカピカで春を迎えちゃお♪

## Salute サルーテ

ポイント 予約 通販 クーポン

御所の緑につつまれた、完全個室なリラックス空間。時間を忘れて、贅沢なひと時を過ごしてみませんか？目の前には御所の緑が広がりゆっくりとした時間を過ごしていただけます。また全室個室となっておりベビーベットを設置したお部屋もございますので、小さなお子様連れの方もお待ちしております。少し入りにくい店かもしれませんが、どうぞお気軽にお立ち寄り下さい。STAFF一同心よりお待ちもうしあげます。

PCサイト http://www.salute-relax.jp/





住 京都市上京区烏丸通今出川下ル観三橋町584 2F
営 11:00～21:00 ※予約優先制
休 第2・第3水曜
Tel 075－451－2215
HP http://salute-relax.mobi

クーポンページへGO!

## Rep Nail Salon リプ ネイル サロン

ポイント 予約 通販 クーポン

人気のカルジェル、バイオジェルで可愛く上品に指先を仕上げます。当店のジェルネイルは、自然な仕上がりと持ちの良さに定評があります。アートサンプルも豊富にご用意。バリエーションもたくさんありどれにしようか迷います。アートの値段もリーズナブルで3Dの立体アートからラインストンのきらきら上品ネイルもお楽しみ頂けます。完全予約制の落ち着くサロンです。来店ポイントサービスも付き、メンバー価格はさらに20%お得です。





住 岡山県岡山市南区福富西3-7-40　三宅ビル2F
営 13:00～21:00　(最終受付)19:30
休 日曜
Tel 086－239－6888
HP http://www.ne.jp/asahi/repnail/top/

クーポンページへGO!

## FUNQUEST ファンクエスト

ポイント 予約 通販 クーポン

赤と緑を基調とした店内と外観が圧倒的な存在感を放つヘアサロン。街中にも関わらず居心地がいいのはデザイン性豊かなスタイリストの丁寧な対応と親身なカウンセリングがあってこそ。一度行ってみては。




オーナー 芳賀 俊輔



住 岡山県岡山市北区天神町1-19 中野ビル1F
営 火曜～土曜 10:00～20:00　日曜 9:00～19:00
休 毎週月曜日・第1火曜日・第3日曜日
Tel 086－234－2341
HP http://funquest.jp

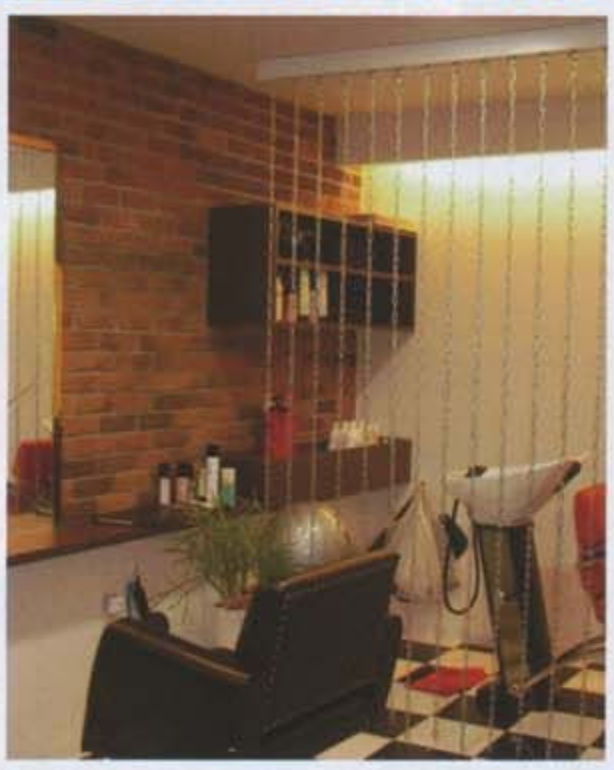
クーポンページへGO!

## Trigger HAIR トリガーヘアー

ポイント 予約 通販 クーポン

冬の季節乾燥しやすい毛先にモバイル会員様限定で冬のトリートメントキャンペーンを実施致します。完全予約制なので、他の人を気にせずゆっくり出来ます。お仕事帰りでも大丈夫。平日19時（土、日、祝18時）まで全てのメニュー受付けてます。1人で行っているサロンなので、担当が変わるのが苦手な方、是非一度ご来店下さい。※友達と2人で来ても大丈夫（同時に2人までならOK）



住 広島県呉市広古新開1-9-20
営 平日10:00～19:00　土、日、祝9:00～18:00
休 毎週月曜日、第3日曜日
Tel 0823-71-7116
HP http://triggerhair.mobi

クーポンページへGO!

## aile Beauty Salon エイル ビューティーサロン

ポイント 予約 通販 クーポン

'aile' フランス語で'翼'の意味・・・翼のようなまつ毛で目元を美しく演出いたします。カール・太さ・長さ・デザイン等々さまざまな種類から選んでいただくオーダーメードエクステです。オーガニックのハーブも各種取り扱っております。体調を整えたりラックスしたり・・・フィトテラピーに基づいたオリジナル・ハーブteaのブレンドも大好評です！店内はアンティーク調のプライベートサロン☆目力UPとハーブの力で、外からも内からも貴女の「美」のお手伝いを致します。




大好評!! ハーブTea
美肌ブレンド♪



住 神戸市中央区下山手通3－2－14 林ビル 2F
営 11:00～　最終受付 19:00（時間外もご相談下さい）
休 不定休
Tel 078－333－5587
HP http://aile-bs.mobi

クーポンページへGO!

## Clover Craft プリザーブド工房

ポイント 予約 通販 クーポン

Clover Craftプリザード工房は、ティータイムと作品作りを楽しむアットホームな雰囲気のお教室サロンです。手軽に作れるミニアレンジから難度の高いアレンジスタイル、ブライダルアイテムまで幅広く学べます。少人数制で、生徒一人一人の個性を活かしたレッスンが特徴。オーダーも可能で、贈り先や用途に合わせたデザイン提案で好評を頂いております。




代表　河井 保子



住 京都府舞鶴市行永2840-7
営 10:00～16:00
休 日曜、祝日
Tel 0773－65－2552
HP http://clovercraft.mobi

クーポンページへGO!

## Hair & Make Makalii ヘア＆メイク マカリィ

ポイント 予約 通販 クーポン

青山や銀座で活躍したスタイリストが終結！つや髪トリートメントにこだわり、M3Dトリートメント格安でご案内いたします。プロによるヘア&メイク 実感すればわかります。RAYを見てくれたお客様に特別なサービスも！！





住 東京都豊島区巣鴨1-17-8 nZ1178ビル3F
営 10時～22時
休 年中無休
Tel 03－3944－9401
HP http://makalii.mobi

モバイルサイトへGO!



つまでも悩み続けますか？
しくない目もとも
バランスな輪郭も
ムすぎる胸もとも
の間にか育ったぜい肉も
負えないムダ毛も
いな歯並びも・・・
今こそ美活で・・・！
目もと あなたらしい目もと
二重術埋没法 2点留め 両目 19,600円
○メス不使用で、ハレも少ない二重術です。
目頭切開法 両目 110,000円
○目と目の間が離れている方にオススメです。
輪郭 バランスの良い輪郭
隆鼻術 131,200円
○オーダーメイドの高級プロテーゼで鼻筋を整えます。
アゴ修整 167,200円
○高級プロテーゼでアゴのラインを整えます。
豊胸術 自然な仕上がりを追求
※豊胸術は、施術後の妊娠・授乳に問題ありません
人工乳腺バッグ 両方 195,000円
○豊富なサイズと種類の中からお選び頂けます。
脂肪吸引 気になる部分に
下腹部・・・・・・・・・・67,500円
○脂肪細胞そのものを吸引する為、施術部分は太りにくくなります。
点滴治療
ダイエット注射 1回 2,900円
○αリポ酸とL−カルニチンのW効果で脂肪燃焼率UP!
歯科
歯のホワイトニング 初回・上6本 4,250円
ポイント付
診察券
スタート!!
お誕生日月にはさらに
ポイント進呈!!
詳しくはHPをご覧下さい
その他、切らない整形、注入法による豊胸術、点滴治療、人工乳腺バッグの入れ替え、傷跡修整、婦人科のお悩み、色素沈着等、美容に関する事なら何でもお気軽にご相談ください。
安心価格宣言 表示価格以外はかかりません
診察代＋薬代＋アフターケア代 全て込みの価格です
※一部の施術で別途麻酔代が必要となる場合があります
※表示価格は標準的な価格です
だわり続けて21年
美容外科は、開院当初より
頼できる品質・少ない負担」を基本に
様第一の美容医療を提供し続けています。
品川美容外科
各院美容相談 フリーダイヤル 【AM10:00~PM10:00】
携帯OK 0120-18-9900
予約制／各種クレジットカード・ローン可／土日も診療
川・札幌・仙台・宇都宮・大宮・千葉・池袋・新宿・横浜・新潟・静岡・名古屋・京都・心斎橋・梅田・神戸・岡山・広島・福岡・熊本・鹿児島
www.shinagawa.com
品川美容外科 検索 携帯からもアクセスOK
●医師が答えるメール無料相談
●HPからカウンセリング予約ができます
★当院は自由診療ですので公的保険は適用されません
京 【AM10:00~PM7:00】
川デンタルケアクリニック
0120-418-370
都港区港南2-5-11 大三洋行品川ビル4F
大阪 【AM10:00~PM7:00】
MCSデンタルケアクリニック
携帯OK 0120-418-381
大阪府大阪市北区梅田1-11-4 大阪駅前第4ビル2F
www.shinagawa-dental.com
品川デンタルケアクリニック 検索 携帯からもアクセスOK
●医師が答えるメール無料相談
●HPからカウンセリング予約ができます
★当院は自由診療ですので公的保険は適用されません

# Monthly Present From Ray

**Ray公式サイトにアクセスして応募！**

撮影／河野望
●取材協力リストは254ページにあります。



撮影／高野友也(PEACE MONKEY)

P118～「バーゲン攻略8の法則」で紹介したコレ！



5名

アニマルファーコート 31,290円／beberose

## 01

ベベローズ

## beberoseのアニマルファーコート

トレンドNo.1の人気アウターといえばアニマルファー。少し短めの丈感と女のコらしいえりのデザインが可愛い。使いやすさも抜群のベベローズのファーをなんと5名に！

各1名




Aシンフォニックフィット アイズ F-2 3,675円、ドレスオンモイスト ルージュ OR211 3,150円 Bシンフォニックフィット アイズ F-4 3,675円、ドレスオングロッシー ルージュ PK884 2,625円 Cシンフォニックフィット アイズ F-3 3,675円、ドレスオンモイスト ルージュ RD412 3,150円 Dシンフォニックフィット アイズ F-1 3,675円、ドレスオングロッシー ルージュ PU180 2,625円／以上ボーテ ド コーセー ※価格はすべて編集部調べです。

## 02

エスプリーク プレシャス

## ESPRIQUE PRECIOUSのアイシャドウ&ルージュのセット

エスプリークからは上品で可愛い春の新作が登場！ 繊細なグラデーションが美しいアイシャドウとぷっくりとしたツヤツヤ唇をメイクするルージュのセットを各1名にプレゼント。

1名



デニムショートパンツ 8,820円／Decious

## 03

ディシャス

## Deciousのデニムショートパンツ

Rayのスタイリストさんからもスタイルよく見えると評判のDeciousのデニムショートパンツ。美ライン&絶妙な色落ち効果で、はくだけでおしゃれ度も急上昇です。

1名

アロマキャンドル（トゥルー リリー）5,250円／ジルスチュアート ビューティ



## 04

ジルスチュアート

## JILL STUARTのアロマキャンドル

うっとり幸せな気分になれる、リリーのアロマキャンドル。上品でさわやかな香りはとってもやさしく優雅な雰囲気を出してくれます。パッケージも可愛くリッチ♡

**応募方法**

右記のQRコードからRay公式サイトにアクセスして応募してね！

**http://ray.shufunotomo.co.jp**

※なお、当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

2010年1/22(金)締め切り

※雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方は、この号の他の懸賞に入選できない場合があります。このページや、この雑誌(付録を含む)の他のページに掲載されているプレゼントや資料請求で、主婦の友社があて先となっている場合、応募された方の氏名、住所などの個人情報がその商品の企業、発送委託会社などに渡ることになります。個人情報の取り扱いについては厳重に管理いたしますが、あらかじめご了承ください。また、応募要項でお示しし、許諾いただいている使用目的以外で個人データを使用することはありません。

# 生がドラマティックに変わる
# アイルクリニックのビューティ宣言

## 10年の実績
アイルクリニックは今年で開院10周年を迎えた。これまでに行った施術は3万件以上。
師に何でもご相談ください。
（1999年1月開院）

## 無料アフターケア充実
術後の回復を早め、美しさを保つためのアフターケアはとても大切。アイルクリニックでは術後も、担当医や専門看護婦が積極的にアフターケアを行います。

## 無痛カクテル麻酔
数種類の鎮静剤と鎮痛剤を患者様一人一人に合わせて調合し麻酔に使用。手術前の不安すら感じずに手術を終えることが可能。ほとんどの患者様が気づかないうちに手術が終わったことにびっくりされます。

## 信頼の低価格
カウンセリングで正確な価格を提示いたします。

自由診療：治療費は標準的な費用です。

## 脂肪吸引
美容医療のプロが提案する
究極のボディデザイン
翌日から通常の生活が可能！

### イルの無痛カクテル麻酔
ルクリニックでは脂肪吸引の際には無痛カクテル麻酔を使ており、全身の脂肪吸引でも手術当日に普通に歩いて帰るこきます。

**頼の仕上がり保証**

**CET 回セット付き** CET（細胞を活性化させ術後の回復を早める温熱療法）5回セット付き。

吸引の手術はただ闇雲に脂肪を多く取ればいいというわなく、太腿であれば外側や内側、膝の内側など特定部位って着いてしまった脂肪の膨らみを取ることにより細く長えるようにします。これには術前のデザインが一番重要での経験とセンスが仕上がりに重要に関係してきます。シリンジ法という体に対して一番負担の少ない方法を採ているため術後のダウンタイムも短く翌日から普通にお も可能です。仕上がりと安全を追求した究極のボディーチングがアイルクリニックの脂肪吸引です。



シリンジ法だから治療直後から確実な結果を追求！

| 二の腕 | お腹全体・ウエストくびれ形成 各 | 太もも全体 |
|---|---|---|
| 99,000円 | 228,000円 | 340,000円 |

## 豊　胸
なりたい大きさ、やわらかさ！
アイル式オーダーメイド豊胸

1Day 豊胸術

**肪幹細胞注入法** 自分の脂肪で、慎重に少しずつ注入していくので、繊細なデザイン調整が可能！

**00,000円 ＋ 脂肪吸引**

にプラス ＋ **PRP 100,000円**

P：脂肪の定着率をアップさせる成分。

**バッグ挿入法 328,000円**

ップ以上大きくしたい方におすすめ。
質で安全性の高いバッグを乳腺を傷つけずに挿入。
後マッサージ＋CETケア3回無料サービスを行っています。



オプション「PRP」を一緒に注入すれば、脂肪幹細胞の定着率がさらにアップ！

**注射による豊胸**

通常よりも最大4倍の持続力！（当院比）

ウンタイムがないので忙しい方におすすめ。
を大きくしたいけれど手術に抵抗がある方にも。60cc（両胸）**298,000円**

## 医療脱毛
つるつるのお肌ケアは、
クリニックでの施術がおすすめ
1年間フリーパス2年間保証

| | | | |
|---|---|---|---|
| ワキ | 18,900円 | ひざ下（ひざ含む） | 70,350円 |
| Vライン・イン・Oライン（各1ヶ所） | 29,400円 | ひじ下（ひじ含む） | 60,690円 |

## 天性奇形ボランティアを行っております。
毎週土曜日、品川院にて先天性奇形のボランティアを行っております。
カウンセリング、施術を全て無料でお受け頂くことができます。

## フェイス
あなたの希望をお聞かせください！
ドクターが美しい顔を
プロデュース

### 二重まぶた
アイルクリニック独自の髪の毛よりも細い糸を使用。
自然な二重が持続します。他院修正もお任せください。

| | |
|---|---|
| 永久保証付 プレミアムクイック法 | 84,000円 |
| 目頭切開法 | 189,000円 |
| 部分切開法 | 120,000円 |



腫れが目立たず
翌日からメイクもOK！

### 隆鼻術
当院では手術をお受けになる方に合わせて一人ひとりプロテーゼを加工します。

| | |
|---|---|
| プロテーゼ | 157,500円 |

### 小顔りんかく
口腔外科との連携により、顔のバランスや噛み合わせなども考慮しながら、骨格からフェイスラインを整えていきます。

| | |
|---|---|
| 小顔・りんかく | 105,000円 |
| アゴ修正 | 160,000円 |



## ワキガ・多汗症
100%完治で再発なしを追求！
他院修正もお任せください。

| | | |
|---|---|---|
| 注射による多汗症治療 | 汗が気になる方、軽度のワキガ治療に | 73,500円 |
| おすすめ 当院人気！ ダブルトリートメント法 | （注射＋シェービング）傷が目立たず、効果が抜群！ | 210,000円 |
| アフターケア保証 コンプリート法 | （直視下せん除法＋シェービング＋注射）他院の修正手術も可能！ | 252,000円 |

コンプリート法
アポクリン汗腺を直接目で確認しながら丁寧に取り除きます




## 若返り
短時間で即効効果を目指す！
アイルの若返りメニュー

**オートファイバー（脂肪注入法）** 1部位 **157,500円** ほうれい線・目の下 たるみ

**PRP注入法** **180,000円** ちりめんじわ

**注射によるリフトアップ** 1部位 **100,000円** しわ たるみ

注入により目の下、ほうれい線をふっくらさせる方法。
たるみの解決を目指します。

## 私達におまかせください！



総院長 大庭 英信



医師 長沢 誠一郎



医師 西田 雅史



医師 鈴木 秀明

たにベストな方法を、お話しましょう！ なりたい自分は会話から。

# 定期購読のご案内

# Rayを毎月お届けします!

さらに!

主婦の友社のほかの雑誌も一緒にお届けできます!

**特典**

1 **送料無料!** 送料無料なので、お近くに書店がない方、または書店で購入しにくい方は、ぜひこの機会にお申し込みください。

2 **特別定価の号でも差額はサービス!** 特別定価の特大号があっても追加料金は一切いただきません。

3 **毎月確実に手に入る!** 毎月必ずお手元に届くので、発売日を過ぎて書店に行ったらもう売り切れ……なんて不安はゼロ。




## 最高に可愛くなれるおしゃれバイブル♥

最新のファッションはもちろん、メイクやダイエット情報、恋愛系読み物まですぐに使える情報が満載! 毎月読みこなしていれば、きっとキャンパスやオフィスでも話題的に。おしゃれリーダーになりたいなら必読です!



毎月読めばモッテモテ! byみどり

キレイになれる情報がいっぱい! byりか

©羽田徹(biswa.)

カジュアルおしゃれなコは

## mina



ターゲットは、さりげなくモテる、ベーシックファッションの女のコ。全国のさまざまな都市でのSNAPはおしゃれの参考になると評判です。月刊化でページも増えてますますパワーアップ!

AROUND30のためのおしゃれが凝縮!

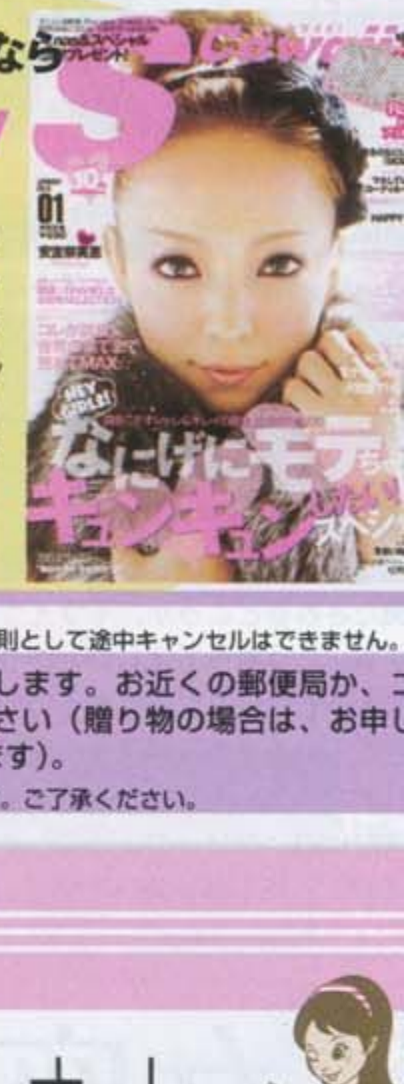
## GISELe



28～32才をメインターゲットにした大人のカジュアルファッション誌。「人とかぶらないスタイルをしたい」「もっとセンスを磨きたい」など、おしゃれになりたい願望をかなえます。セレブファッションや海外SNAPも充実!

大人系ギャルをめざすなら

## S Cawaii!



今人気絶好調の「Sカワ」。"ティーンギャル"から"大人ギャル"へと、さらにおしゃれギャル街道をいくなら必見! カッコ可愛い、セクシーカジュアルなコーディネートをマスターして、イイ女に磨きをかけましょ♪

### 定期購読料 (税・送料込み)

| | Ray | GISELe | S Cawaii! | mina |
|---|---|---|---|---|
| 6カ月 | 定価650円×6回=3,900円 | 定価720円×6回=4,320円 | 定価600円×6回=3,600円 | 定価550円×6回=3,300円 |
| 12カ月 | 定価650円×12回=7,800円 | 定価720円×12回=8,640円 | 定価600円×12回=7,200円 | 定価550円×12回=6,600円 |

### お支払い方法

※原則として途中キャンセルはできません。

最初の送本号に専用払込取扱票を同封します。お近くの郵便局か、コンビニより定期購読料金をご送金ください(贈り物の場合は、お申し込みの方に専用払込取扱票をお届けします)。

※地域により2～3日到着が遅れることがあります。ご了承ください。

キリトリ線

### 定期購読申込書

雑誌名 Ray・mina・GISELe・S Cawaii! (必ず○をつけてください)

開始月号 [ ]月号 (「Ray」は前々月の23日発売、「mina」は前々月の20日発売、「GISELe」は前々月の28日発売、「S Cawaii!」は前月の7日発売)

購読期間 6カ月 ・ 12カ月 (どちらかに○をつけてください)

(フリガナ) 年令 才

お名前 様

保護者名 ㊞

(18才未満の方は保護者の同意が必要ですのでご記入の上、ご捺印ください)

〒

ご住所

TEL

※以下、上のお申し込みのご住所、お名前とお届け先が異なる場合はご記入ください。

(フリガナ)

お名前 様

〒

ご住所

TEL

## お申し込み方法

### 1 電話

☎ 049・259・1236 主婦の友社 コールセンター

受付:月～金曜 (9:30～17:30) 土・日・祝日休み

土・日・祝日休 係の者がお名前、ご住所などうかがいますので、雑誌名、購読開始する号、6カ月か12カ月かを伝えてください。

※年末年始の12月29日(火)～1月4日(月)はお休みさせていただきます。

### 2 インターネット

※ケータイには対応しておりません。

ホームページアドレス 24時間受付

http://teiki.jp/

### 3 ハガキ

裏 左の申込書に必要事項を記入し、しっかり貼りつけてください。

表 〒354-8505 埼玉県入間郡三芳町みよし台13-10 主婦の友社 コールセンター行

### 4 FAX

左の申込書に必要事項を記入し、下記にFAXしてください。

0120・91・9966 送信料無料 年中無休

お申し込みいただいた際にご登録いただいた個人情報に関しては、定期刊行物・特典等の発送目的以外に使用することはありません。

# LOVE♥HOROSCOPE

12/21▼1/22

占い／オフェリア・麗（G・ダビデ研究所）

## 蟹　座　6/22▼7/22

男運の流れに大きな変化が
対象外のメンズにも目を向けて！

**TOTAL ★★★★☆**

ーニングポイント。新年を機に自分のイメ
ジ、ライフスタイルなど、目標のうち２つ
変えるとラッキー到来。変化を恐れず、思
切って冒険を。体質改善、集中ダイエット
◎。ショッピングは金曜日がラッキーデー。

**LOVE ♥♥♥♥♡**

ャンス、人気とも右肩上がり。ただ、声を
けてくるのは対象外の異性ばかりかも。そ
は男運の流れが変わりつつある証拠です。
らかな恋や息の長い交際とは無縁だった人
　未知の可能性に賭けて悔いはないはず。
味のいる男性、美に関わる仕事をしている
も狙い目。カップル、片思いの人は、他の
性の影をチラつかせるといい展開が。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 双子座 |
| 2位 | 天秤座 |
| 3位 | 水瓶座 |
| ワースト | 魚　座 |

双子座のアプローチは二つ返事で受けて幸せ。きっと恋する喜びを堪能できます。天秤・水瓶座の男友達を恋人に昇格するのも◎。魚座は厄病神。

**これでさらにHAPPY!** Aライン、花柄、ピンクがハッピーを呼ぶファッション。

**ビューティーアドバイス** 美白月間。食事と化粧水の両方から、ビタミンCの補給を。

**ラッキーDAY!** 12/31：1/1
1年の切り替わりのタイミングにラッキーが集中。大事な交渉、告白、買い物はこの両日にぜひ。

## 牡羊座　3/21▼4/19

追うより追われる恋が吉！
後半の出会いに注目

**TOTAL ★★☆☆☆**

低調。牡羊座のタフな印象のせいで協力や援護をされず、孤独な戦いを強いられがち。今期はむしろ遠慮なく弱音を吐き、まわりの手を借りたほうが万事うまく行く予感。ダイエットは年内に。虫歯治療は急いで。

**LOVE ♥♥♥♥♡**

追うより追われる恋にラッキーあり。特に前半はひと目ボレしやすい時期ですが、あせって飛びつくと大失敗の恐れが……。それより後半接近してきた異性に注目を。親戚経由で舞い込んできたお見合い、紹介話も受けてハッピー。はじめは気乗りしなくても何度か顔を合わせるうち意気投合できそう。アプローチ、関係修復は手紙で。勝負下着はホワイト。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 乙女座 |
| 2位 | 山羊座 |
| 3位 | 牡牛座 |
| ワースト | 双子座 |

純愛候補は、ロマンチストの乙女座。しっかり者の山羊・牡牛座は、将来のダンナさんにピッタリ。調子がいい双子座にはもてあそばれそう。

**これでさらにHAPPY!** 遊びは年上女性、仕事の悩みは父親世代に打ち明けると吉。

**ビューティーアドバイス** 黒い食品が幸運の源泉。黒豆、黒酢など、意識して食卓へ。

**ラッキーDAY!** 1/2：1/3
いい買い物ができそう。福袋購入はもちろん、新春バーゲンをのぞくのも◎。交渉は朝イチに。

## 獅子座　7/23▼8/22

ダイエットで出会い運拡大の暗示！
ただ新年会でのひと目ボレはNG

**TOTAL ★★★☆☆**

やかムードの年末年始。じっくり10年の
ランや計画を練れば、ベストなものができ、
事も計画通りの１年に。抵抗力は低下中。
邪、インフルエンザの予防をしっかりと。
金を貯めるなら目的意識を持つことが大事。

**LOVE ♥♥♡♡♡**

張りモード。大好きな彼と一緒にいても心
満たされるどころか、イライラや不満が募
がち。こうあってほしいという期待、相手
対する思い込みが強すぎるのでは？　接点
残っているうちに等身大の交際へ軌道修正
。Xマスケーキや年越しそばを食べながら
告白は◎。フリーの人は少しやせると出会
運拡大。新年会でのひと目ボレはカン違い。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 牡牛座 |
| 2位 | 乙女座 |
| 3位 | 山羊座 |
| ワースト | 射手座 |

牡牛座はあなたの不安を受け止めてくれる頼もしい恋人に。悩み相談から縁が深まるのは乙女・山羊座。自由人の射手座とはケンカが絶えないかも。

**これでさらにHAPPY!** 新年の計を紙やブログに書き出しておくと実現率急上昇！

**ビューティーアドバイス** 質のいい食事、睡眠、下着がキレイを約束する３点セット。

**ラッキーDAY!** 1/2：1/3
おねだり上手。欲しい物があるなら、それとなくアピールを。父親や恋人はよきスポンサー。

## 牡牛座　4/20▼5/20

恋にドラマチックな展開アリ！
イヴ前後にデートに誘って

**TOTAL ★★★★★**

強運期。発言力&存在感が強まり、わがままもスンナリと通りそう。叶えたい夢、目標があるなら、積極的にアピールを。星の後押しがパワフルな今なら、実現率９割以上のはず。年末年始は暴飲暴食に注意。買い物は東へ。

**LOVE ♥♥♥♥♡**

ドラマチックな展開が待っています。本命はイヴ前後に、映画や観劇に誘い出して、感動を共有すると急進展がありそう♥　出会いを探している人は、カウントダウンパーティーや新年会に参加を。会った瞬間にビビビッとくる異性がいたら、彼こそ運命の相手かも。カップルの人は、その気はなくても結婚についてじっくりと話し合うと絆が太く。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 射手座 |
| 2位 | 獅子座 |
| 3位 | 牡羊座 |
| ワースト | 乙女座 |

ロマンスの世界へと誘ってくれるのは、射手座。獅子・牡羊座とのデートも情熱的でスリリング。乙女座は頼りなくて、一緒にいてもトキメキゼロ。

**これでさらにHAPPY!** ポジティブシンキングとフレキシブルな行動で勝ち組へ。

**ビューティーアドバイス** インターナショナル。インポートのコスメ&服が美を約束。

**ラッキーDAY!** 1/13：1/14
視野が広がる日。普段あまり縁がない人との会話がそのカギに。小旅行や遠出には赤い糸が待機。

## 乙女座　8/23▼9/22

人が大勢集まる場所にラブチャンスあり！
積極的に出かけて相手を探して

**TOTAL ★★★★★**

ペシャル運。特に12月中は09年の頑張り
たたえるようなうれしい出来事が。ただ、
月に入ると問題もチラホラと。いつまでも
かれていないで気を引き締めて。買い物は
流店へ。視力低下、ドライアイには要警戒。

**LOVE ♥♥♥♥♡**

展期。異性に対してオープン&フレンドリ
に接することができ、チャンスを自然と次
つなげそう。特に人が大勢集まるスポット
、ラブチャンス運◎。シングルはもちろん、
プローチ中のあなたも、レジャーやイベン
へと繰り出し、赤い糸探しを。カップルは、
福が永遠に続くと思ったら大間違い。アグ
をかかず、愛される努力を常に忘れずに。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 牡羊座 |
| 2位 | 獅子座 |
| 3位 | 射手座 |
| ワースト | 蟹　座 |

牡羊座は電撃ラブ候補。相性も◎なので、迷わず飛び込んで正解。獅子・射手座とのロマンスも進展がスピーディ。長い春になりそうなのは蟹座。

**これでさらにHAPPY!** 恋が元気の源。映画や小説などでラブパワーをチャージ！

**ビューティーアドバイス** ラメが女王オーラをスパーク。ストーンつきネイルも素敵。

**ラッキーDAY!** 1/5：1/6
ビギナーズラックデー。初めての遊び、ギャンブルにトライしては？　ひと目ボレも前途洋々。

## 双子座　5/21▼6/21

恋は"灯台下暗し"の予感
そばにいるメンズが運命の相手かも

**TOTAL ★☆☆☆☆**

先月に引き続き楽しげな誘いや依頼が多い星回り。でもそこには落とし穴もひそむ予感。おいしすぎる条件がそろってるときは、疑ってかかる慎重さが大切です。年末年始は深酒と散財にもご用心。各種相談はプロへ。

**LOVE ♥♥♥♡♡**

恋は低めながら安定。カップルやアプローチ中の人は、尽くす喜びに目覚めそう。愛する彼の手や足となり、せっせと世話焼きにはげめば、なくてはならない存在へとバージョンUPできる予感が。結婚を望む２人は、初詣や新年の挨拶でゴールインが射程圏内に。フリーの人は灯台下暗し。いつもそばにいてグチや文句を聞いてくれる彼こそダークホース。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 蟹　座 |
| 2位 | 蠍　座 |
| 3位 | 魚　座 |
| ワースト | 天秤座 |

年下の蟹座BOYをチェック！　可愛がってあげれば即ラブラブに。蠍・魚座も、手料理やひざ枕で釣れそう。遊び好きな天秤座は手ごわい相手。

**これでさらにHAPPY!** 人知れず始めた勉強や努力が、バラ色の未来を招く招待状に。

**ビューティーアドバイス** ムスクの香りとコラーゲン鍋でセクシーフェロモンを増幅。

**ラッキーDAY!** 12/30：1/8
直感がナビゲーター。ピンときた人、アイテムなどは大当たり。迷わずGET。クジ購入も大吉。

口元の美しさと健康を考えて短期間でこんなにキレイに。

# 矯正歯科




## あなたの口元のお悩みは何でしょうか？

アイルクリニック歯科院長
**永山 幸**

## クイック矯正 3回で終了

### 歯並びが悪い、八重歯、出っ歯、受け口、すきっ歯、虫歯の短期治療

### セラミッククラウン法

セラミックスによる矯正なら歯並びはもちろん、虫歯や歯の大きさや形、目立つ歯ぐきや受け口なども治療可能です。目立つ器具を使わないので、治療をしている事は気付かれません。通院も短期間で済みますので、すぐにで歯並びを治したいという方におすすめです。さらに色や形も選べるため審美的にも優れていて、強度や歯触り、また機能的にも天然歯と変わらず、変色や摩耗もしません。

### オールセラミッククラウン法

オールセラミッククラウンは金属を使用していないセラミックの歯です。金属を使わないので透明度が高く、自分の歯と同じ質感が再現できます。保険で治した歯の歯茎の黒ずみも治せます。アイルクリニックのオールセラミッククラウンは高品質のジルコニアという材質で出来ています。強度が高く、色調も自然です。治療後に変色することもありません。

## ラミネートベニア法 2回で終了

### 芸能人のような白い歯にしたい！ すきっ歯を治したい方にもお勧め！

歯の表面をセラミックの薄いつけ歯でコーティングするこの方法は、変色した歯の色だけでなく、歯の隙間やわずかなねじれなどの歯並びを治したい方にも有効です。さらに色や形も選べるため審美的にも優れていて、強度や歯触り、また機能的にも天然歯と変わりません。通院は短期間で終了します。色の後戻りや変色もありませんので、白い歯がずっと続きます。ホワイトニングだけでは満足できない方に一番おすすめの方法です。

## ホワイトニング 1回で終了

### 歯の黒ずみ変色に！

歯の黒ずみや黄ばみは歯の表面に特殊な薬を塗り、浸透させて白くします。神経を抜いてしまった歯には、歯の内部に薬剤を注入して白くする方法があり、どちらも生来の色より白く輝かせることができます。

## 治療後の歯ぐきの変色もキレイに！

### 気になる治療痕も…銀歯も白く…

せっかくキレイに治したはずなのに、歯ぐきが黒ずんでしまったり、歯の色が黄ばんでしまったり…。他院での治療痕も納得のいくキレイな状態へ治療いたします。「治療したはずなのに…」と悩まずに、まずはご相談ください。

- ●クイック矯正/セラミッククラウン（1本）-------------------73,500円
- ●オールセラミッククラウン（1本）-------------------------126,000円
- ●ラミネートベニア（1本）---------------------------------105,000円
- ●ホワイトニング（全ての歯）------------------------------31,500円

※公的保険は適用されません。治療費は標準的な費用です。







この写真はイメージです。術後の仕上がりには個人差があり

アフター ケア

## アフターケアは、全ての治療に適用になります。

**「定期的な検診」**全ての治療が終了した後も、定期的に来院して頂いてクリーニングをする事で、治療終了後も美しい歯を保てま
定期的な検診では、**歯みがき指導・咬み合わせチェック・クリーニング**などを行います。

あなたにベストな方法を、お話しましょう！ なりたい自分は会話から。

まずは**無料カウンセリング**へ 0120 FreeDial **0120-891-929**

夜10時まで電
電話受付時
朝9:00～夜
（土・日・祝日も

HP http://www.biyou-net.com

メール faq@biyou-info.com

●メール受信拒否をされている方へ…@biyou-info.comをドメイン登録してください。

I'll Clinic

美容外科・歯科・美容皮膚科 **アイルクリニック**

東京院（池袋・品川）・横浜院・名古屋院（栄）・大阪院（梅田）・福岡院（天神）

携帯電話から最新情報をGET!→

# LOVE♥HOROSCOPE

12/21▼1/22

占い／オフェリア・麗（G・ダビデ研究所）

## 山羊座 12/22▼1/20

どうせムリと諦めていた思いに火がつきそう！　素直になってOK

### OTAL ★★★★☆

けてきた無理やガマンが限界に達しそう。分らしい生き方にシフトするチャンスです。年を機に過去を捨て去り、本当にやりたいとをスタートすべき。オフはスノボが爽！　ひとり暮らしのスタートは好機。

### OVE ♥♥♥♡♡

ンドラの箱が開く予感。"どうせムリ""好になってはいけない"と、無意識におさえんでいた恋心が目覚めそう。開き直り、素に思いを受け入れるべき。その途端、不思と状況や関係が変化するなど恋が実る可能が開けそう。出会い＆アタックは、年明け偶然やシンクロ現象が、運命のGOサイン。マスは、ひと足早めのデートがハッピー。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 双子座 |
| 2位 | 獅子座 |
| 3位 | 牡羊座 |
| ワースト | 蟹　座 |

双子座の彼とは以心伝心。言葉がなくても愛が通いそう。情熱家の獅子・牡羊座とは、障害を乗り越えて恋成就。感情的な蟹座とは、ケンカが激化。

これでさらにHAPPY！　東の方向にある神社への初詣が、新年の強運体質を約束。

ビューティーアドバイス　化粧かぶれ、肌あれが心配。今の肌質に合ったコスメ探しを。

ラッキーDAY！

1/5：1/14　意志・ツキ・タイミングがリンク。温めてきた計画、迷っていた決断、この日に勝負をかけて。

## 水瓶座 1/21▼2/18

脈ナシと思っていた相手が運命の相手かも!?

### OTAL ★☆☆☆☆

年のツケが回る気運。隠してきた嘘やミス明るみに出たり、逃げていた問題や責任を及されたり。潔く観念し、きっちりケジメ、蓄積疲労からの体調ダウンにもご用心。正月は新春ロードショーが感動の幕開けに。

### OVE ♥♡♡♡♡

れ違いの予感。周囲の異性との波長がかみわず、お互いの本音を取り違えてしまいが、嫌われている、脈ナシ、と思い込んでい相手から実は愛されていた、なんてことも。突した彼、気まずい場面こそ、とことん話合って気持ちを確かめ合うべき。デート＆プローチは、バラードがムード演出のBGこ。秘密愛や浮気の露見には気をつけて。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 牡牛座 |
| 2位 | 蟹　座 |
| 3位 | 魚　座 |
| ワースト | 双子座 |

牡牛座の彼は大らかな愛で癒してくれる存在。辛いときこそ甘えて。蟹・魚座とは、映画や音楽の話題で意気投合。気まぐれな双子座は信用不可能。

これでさらにHAPPY！　よく眠ることが、ツキと体調のデトックスを促す最良の薬。

ビューティーアドバイス　フットケアが全身の代謝を活性。足湯、足もみを習慣に。

ラッキーDAY！

12/30：1/16　頑張ったあなたにうれしいごほうびが。大好きなレジャーや趣味を楽しみ発散するのも◎。

## 魚　座 2/19▼3/20

恋はどんでん返しの予感　あらゆる可能性を考えて行動すべし

### OTAL ★★★☆☆

切り、仲間割れなど、対人面でひと悶着あかも。でもその結果、本当の友達がはっきわかりそう。この機に悪縁を断ち切り、ハピーな友情にシフトを。オフは新スポット拓が新鮮。足の捻挫には注意。

### OVE ♥♥♡♡♡

んでん返しの相。恋愛相談していた友達に命を横取りされる、なんて悲劇もあれば、のいい男友達から突然告白される、なんてプライズも。よくも悪くも友情を過信せず、らゆる可能性を視野に入れて恋に備えるの賢明です。愛する彼とは、お色気不足によSEXレスに気をつけて。後半の合コンは待以上の収穫アリ。アプローチは写メで。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 牡羊座 |
| 2位 | 双子座 |
| 3位 | 水瓶座 |
| ワースト | 牡牛座 |

直球勝負の牡羊座とは、トントン拍子で恋が急進展。率直にぶつかって吉。双子・水瓶座の彼とは、友情が愛情に変化しそう。頑固な牡牛座とは平行線。

これでさらにHAPPY！　アメジストのブレスレットが、真の友情を見抜くお守りに。

ビューティーアドバイス　リンパマッサージで、全身のむくみと毒素がスッキリ解消。

ラッキーDAY！

1/10：1/18　この日の直感は、新たな未来を開く天からのメッセージ。ひらめきに従い迷わずアクションを。

## 天秤座 9/23▼10/23

恋愛運はイマイチ↓　今は友達の輪を広げるのに徹して

### TOTAL ★☆☆☆☆

激震の予感。運命のいたずらに翻弄され、窮地に転落するかも。家族か過去の問題が震源地と出ています。責任をきちんと果たし、地道に足場を固め直すのが再起への道。年末年始はホームパーティーが盛況。胃炎には注意。

### LOVE ♥♡♡♡♡

警戒心が増し、新しい出会いに積極的になれないとき。異性の前で人見知りしたり、好意を示されても信用できなかったり。いきなり恋愛を意識しすぎるのが原因。今は友達作りに徹しフランクにかまえてみるべき。アプローチもグループデートからがスムーズ。交際中の人は、家族からの干渉が心配。イベントシーズンとはいえ外泊や門限破りはタブー。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 乙女座 |
| 2位 | 蠍　座 |
| 3位 | 蟹　座 |
| ワースト | 牡羊座 |

誠実でマジメな乙女座は、安心できる相手。メール交換で心通わせて。蠍・蟹座とは、悩み相談から波長が一致。自己中な牡羊座には傷つけられがち。

これでさらにHAPPY！　年上女性が守り神。母親、姉、同性の先輩と行動をともに。

ビューティーアドバイス　バスエステでもち肌に。ミルク風呂、塩もみは特に効果的。

ラッキーDAY！

12/30：1/17　体を動かすことで悪運を浄化し、幸運を呼び込める日。スポーツ、ダンスで思い切り汗を流して。

## 蠍　座 10/24▼11/22

恋のラッキーハプニングがありそう！　チャンスを生かして彼に接近を

### TOTAL ★★★☆☆

コミュニケーションが活性化。周囲とのトークが盛り上がり、仰天ゴシップや暴露話に沸きそう。ただし、あなた自身の秘密も噂になりやすい点には警戒を。オフは、近隣の街への遠出に収穫が。短期バイトは実入り豊か。

### LOVE ♥♥♥♥♡

ラッキーハプニングの予感。気になる彼と街でバッタリ出くわしたり、帰りの電車で偶然一緒になるかも。ただし、チャンスを生かせるかどうかはあなた次第。思いきって声をかけ、接近のきっかけをGETして。思いがけない彼からの年賀メールは、好意のサイン。即レスで反応チェックを。カップルの人は、浮気や嘘の発覚にご用心。関係進展は旅先で。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 獅子座 |
| 2位 | 天秤座 |
| 3位 | 双子座 |
| ワースト | 乙女座 |

恋愛意欲上昇中の獅子座とは、ノリよくラブモードに突入。天秤・双子座は、言葉をかわすたびにひかれ合いそう。口うるさい乙女座にはゲンナリ。

これでさらにHAPPY！　メールアカウントの増設で、新年の情報量と人脈が拡大。

ビューティーアドバイス　発声練習や話し方レッスンが、印象とモテ度を格段にUP。

ラッキーDAY！

1/9：1/19　打てば響くとき。大切な話、告白、提案など、思いきって切り出せば期待以上の反応と展開が。

## 射手座 11/23▼12/21

空回りの恋愛運。タイミングが合わない恋は機が熟すのを待って

### TOTAL ★★☆☆☆

スローダウン。何かと待たされることが多く、予定が押しがち。仕事、レジャー、旅行とも、時間にゆとりをもち早めの進行を心がけて。金運はアテがはずれる予感。取らぬ狸の皮算用はタブー。オフはお菓子作りや手芸が楽しみ。

### LOVE ♥♥♡♡♡

空回り。恋愛意欲は満点なのに、タイミングが合わないのが難。気になる彼を誘おうと思った矢先にライバルに先を越されたり、本命から連絡があったときに限って携帯オフにしていたり。今はまだ機が熟していない証拠。あせらず歯車が噛み合う瞬間を待って。聖夜やお正月は、お金より真心かけたデートがハッピーの条件。幼なじみとの再会には恋の芽が。

**♥今月の好相性メンズBEST3♥**

| | |
|---|---|
| 1位 | 蟹　座 |
| 2位 | 乙女座 |
| 3位 | 牡牛座 |
| ワースト | 獅子座 |

ウォームな蟹座は、一緒にいて安らげる心のオアシス。乙女・牡牛座の彼とは、時間がたつにつれ波長が一致しそう。強引な獅子座には閉口しがち。

これでさらにHAPPY！　シダーウッドやヒノキなど、樹木のアロマが余裕をプラス。

ビューティーアドバイス　年末年始の体重増加が心配。間食カットと運動で減量を。

ラッキーDAY！

12/26：1/11　例外的に、事態の急展開がありえる日。大胆に行動を起こし、遅れを一気に挽回しましょう。



バストのこと無理と思っていませんか
限定300名様!!
1/31(
まで
レッスンガイド
+
ジェル
+
タブレット
豪華3点セット!!
無理と思う理由
妊娠中は大きかったバストが出産、授乳後垂れて、見るも無残
中学生の時からほとんど変わらない
いろいろ試したが、変わらなかった
周りにバストケアで成功した人がいな
根拠や理屈が分からない
『バストケアのノウハウなんて、信じられないし、やっても成功できない』そ
ていませんか？誰でも、最初は否定したくなるものです。ましてや一度バス
にチャレンジしてうまくいかないと、なおさら否定したくなるものです。そ
結局「チャレンジしたけど失敗！」「やっぱり無理か」という結果になる。や
ら答えは出ていたのですが……バストケアの成功法は存在するのです!
……「その方法」を学んで実践し、行動しただけなのです!「その方法」をお教
ために「レッスンキット」をご用意いたしました。今回はマッサージジェル
増量し、タブレットもセットにした、赤字覚悟の特別企画ですので、申し訳
せんが「限定300個」とさせて頂きます。是非、本当に悩んでいる！という
お申し込みください。お待ちしております。
ウエストの次はバストです！
●パトラクイーンコンテストにおけるパトラシステム修了者
マッサージ
ジェル
タブレット
パトラシステム
パトラトータルビューティケアは、よりパーフェクトなカラダを手に入れていただくため、あまり知られていないバストの知識からライフスタイル、ケアの仕方までベテランカウンセラーがトータルサポート。人によって違う様々な悩みにもしっかりお応えし、理想的なバストを自然に実現できるようお手伝いします。
Before
Dカップ 82.0cm
授乳後の下垂が見事に!ハリも!
昔は大きくハリのあったバストが授乳して、小さく垂れてショボショボになってしまいました。もう一度自信をもってビキニを着たいと思い、パトラビュストを始めました。ジェルでのマッサージでハリを実感できたので、続けられました。はじめは、水着をつけるとバストが中に隠れていたのに、だんだんビキニの上にピンッとハリができるように！下着のサイズをもう1サイズUPを目指してケア続行中です！
米山早智子さんの場合
Before
Fカップ 84.5cm
バストの位置と下着のサイズが
バストの位置が下がってきていたのと、もっとボ
が欲しくてケアをスタート。はじめに左胸が張
ので、右胸に重点を置いてケアをしました。途中
つくことで下垂するのを避けるため、位置をUP
サージに変えたり、カウンセラーの方にその時
たケアをアドバイスしてもらいました。そして、
標通りボリューム感を感じ、ブラも水着もパン
が待ち遠しいです！
岸川友美さんの場合
※コンテストでパトラシステムを行った結果と個人の感想です。 ※モニターモデルのデータや意見はあくまでも個人的なものであり効果を保証するものではありません。また、効果には個人差があります。
パトラシステム レッスンキット
今だけ2本増量
+
+
&
【レッスンガイド:400円】
【マッサージジェル 3g×5本:2,400円】
日本製
【タブレット 15g(250mg×約60粒):5,000円】
★栄養機能食品(ビタミンC) 日本製
㊙購入者しか見る事ができない、コンテスト速報も入ってます!!
限定300名様!!お試しキャンペーン!
販売希望価格
7,800円 → ¥1,280税込
※別途送料300円
84
早い
おかげさまでオリジナル化粧品30000個突破記念!!
さらに!!今なら当社オリジナル化粧品
5,000円 相当を無料プレゼント!!
詳しくはお電話にて!!
※代引手数料315円当社負担。お客様のお支払いは1,280円の商品と送料300円のみ!
お申し込みは今すぐ、お電話・インターネットで
フリーダイヤル
0120-829-029
【受付】平日 10:00～21:00/土日祝 10:00～19:00 ・・・ 携帯・PHSでもOK ・・・
※バストのご相談も受付中。今なら1回2,500円のバストカウンセリングが無料でうけられます。
http://www.patra-b.jp/i
※i-mode・softbank・ezweb 全て対応
http://www.patra-b.jp
ピピッと読み取り!
パトラビュスト で 検索 CLICK!
【本商品】

## GISELe Next Issue 2010/02 ★次号予告

大満足必至！ セレブの最新ショットを心ゆくまですべて見せます！

# 特集1 Celebrity SUPER SNAP

PART 1 オシャレ四天王最新SHOT
PART 2 ヤングセレブのREAL TREND
PART 3 ニコールvs.ローレンのヘアアレンジ番長対決

ストリートスナップから見えてきた、本当に流行っているトレンドとは？

# 特集2 WORLD MEGA SNAP



PART 1 モデルからハンサムカジュアル
PART 2 海外エディターから学ぶコンサバカジュアル
PART 3 オシャレ5都市のSTREET SNAP

買ったアイテムをとことん着まわすアイディア満載
**真冬アイテム着倒し計画**

みんなの買ったブーツ、どんな服がぴったりくるんだろう
**靴から考えるコーディネート集**

癒しメイクの新キーワードから考える、大人のアイメイクレッスン
**2010年はタレ目メイクで行く！**

キレイな人は、化粧品以外にもこんな工夫をしていたんです
**ビューティフリークの美容家電**

特別付録
くつろぎタイムの必需品
使えてかわいいパイル素材
**NINEのヘアターバン**



★内容は一部変更になることがあります。

**GISELe「ジゼル」2月号は12月25日(金)発売**

※発売日が早まりますのでご注意ください。

**総力特集** これさえおさえればALL OK!!

# 『BOOMな春トレンド

## 情報

Part 1 香里奈・碧・スタイリスト渡邉恵子のおしゃれガールズトーク
**春の5大トレンド丸わかり♪ ときめき♥春クローゼットPLAN**

Part 2 2010年新着トレンドをしっかりマスター！
**激変！春の流行☆マストLOOK30**

Part 3 Ray敏腕スタイリストがこっそり教える！
**春の展示会「買っちゃいました♥」レポート**

Part 4 スタイルアップなおしゃれ服が欲しい！
**スター☆ブランド『スタイル美人な春服』LIST**

Part 5 プライベートな春おしゃれ見せてもらいました！
**ドラマヒロインの「楽屋入りコーデ」SNAP！**

春おしゃれは足元からスタートしましょ！
**春靴ラプソディ♪**

春おしゃれ5大トレンドをRayモデルが着こなしバト
**Rayモデルズ 春トレンド☆**
**コーディネート対決**

# Ray NEXT ISSUE

**3月号は 1月23日(土)発売！**

寒さ本番！ でもファッション界は早くも春の到来♪
まずは真っ先におさえるべきトレンドキーワードを
Rayが絶対の自信を持ってお届けします！
秋冬とはガラリ変わったおしゃれを、思いっきり楽しんでね。

※内容は一部変更になることがあります。

知りたい！
「今ある服」+「買い足し服」の
ベストバランス

**「寒さ知らずの春おしゃれ」30days着回し**

ほしのあきがチョイス！ **魅惑BODY♥な春ワンピ50**

**香里奈のPINK WORLD**

**吉川ひなの×kate spade new york**
**いま欲しい「かご」&「キャンバス」**

新しい私スタイル、発表します！

Part 1. **Rayモデルスの春ヘア★チェンジSHOW**

Part 2. **オーダー殺到中！春のイメチェンヘア20**

**MARC BY MARC JACOBSの可愛い新顔すべて**

人気ブランドプレスがイチおし！
**MUST BUYな春アウターはこちら**

**熱愛ブランドのトレンド指数お高め服**

**シャーベットカラーで作るHappy Face**

**春の「本命コスメ」これが買い！**

ベッドタイムできれいになる！
**女を磨く♥ねてるまBeau**

幸せを運ぶ♪ **バレンタイン♥チョコ プレゼント図鑑**

大ブレイク中のお笑い芸人が大集合！
**芸人たちのバレンタイン**

旅するパーティーガールたち。
**GIRLS TRIP!!!** みんなのハッピーバカン

**浮気の真実**～大切な人を傷つけていませんか

**プリンセス♥クラブの卒業式**


そのほか商品情報、ご購入はこちらから
ララクリスティーカスタマーサービス
0120-079-787
www.larachristie.jp

# 輝きの白、漆黒の黒

ラグジュアリー ペアブランド

# LARA Christie






(右)LARA Christie　エタニティネックレス 9,450円(税込)　LARA Christie　フォーエバーリング 10,500円(税込)
(左)ロイヤルクロスリング(ブラック/ホワイト)¥9,450　ロイヤルクロスネックレス(ブラック/ホワイト)¥7,400　ロイヤルクロスブレスレット(ブラック)¥12,800　ロイヤルスロスブレスレット(ホワイト)¥12,000

4910096950201
00657

雑誌09695—02



印刷　大日本印刷株式会社